DE 507 - Prise de décision : Développer son autonomie professionnelle - 1 jour -

Public concerné :

Toute personne désirant développer son autonomie décisionnelle en milieu professionnel et personnel.

Objectifs:

Être capable:

- D'identifier le fonctionnement cerveau et émotions face au choix.
- D'agir sur soi pour créer les conditions de capacité d'autonomie.
- D'utiliser des outils d'analyse et d'optimisation des choix.

Prérequis :

Cette formation ne nécessite aucun prérequis.

Programme de la formation

1. **Identifier le fonctionnement cérébral en situation de décision.**

- Définir les bases du fonctionnement du cerveau.
- Définir les fonctions des 3 strates du cerveau dans la gestion d'une décision.

2. **Agir sur soi pour développer sa capacité d'autonomie.**

- Décrypter ses émotions face aux situations demandant de l'autonomie.
- Modifier sa perception et son niveau de conscience pour oser agir.
- Prendre le recul et la hauteur suffisants.

3. **Utiliser des outils favorisant la préparation en prise de décision.**

- Clarifier les objectifs recherchés.
- Faire clarifier les attentes en cas de choix par délégation.
- Analyser une situation nécessitant choix et action.
- Appliquer les techniques d'optimisation de choix.

Durée

(7 heures)

Modalités de réalisation

- ***Inter-entreprises***

Dates, lieux, et tarifs des sessions disponibles sur cdcoaching.fr

- ***Intra-entreprise***

Dans vos locaux ou à distance. Devis Individuel & forfait groupe sur demande

Les points forts

- Des concepts **vulgarisés.**
- Des outils **adaptables** à tous.
- Des exercices **pratiques.**

Le + CD COACHING

Vous bénéficiez **d'une heure** de soutien d'intégration des connaissances **incluse**.

Ce suivi téléphonique ou "Visio", individuel et personnalisé, est à utiliser dans les 30 jours après la formation.



Contact :
06 38 70 89 19 - contact@cdcoaching.fr

Documentation participant :

Consultez ou téléchargez le livret d'accueil du stagiaire sur : https://www.cdcoaching.fr/services/un-participant/livret-daccueil-participant

CD COACHING - Tous droits réservés - 06 38 70 89 19