



SPIRALE FCC

Formation - Conseil - Coaching

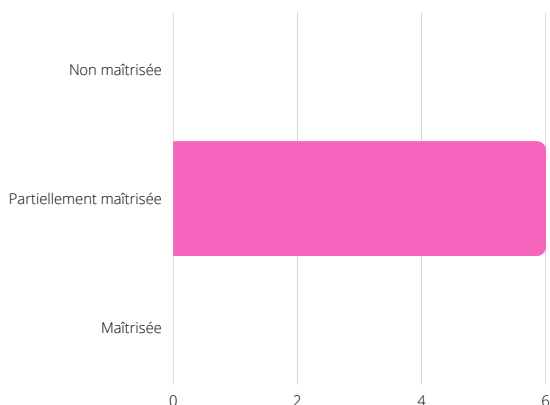
Synthèse des auto-évaluations Formation

"Se perfectionner en tant que cadre - tronc commun"

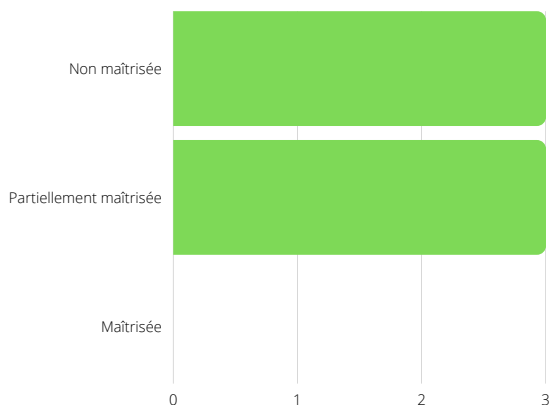
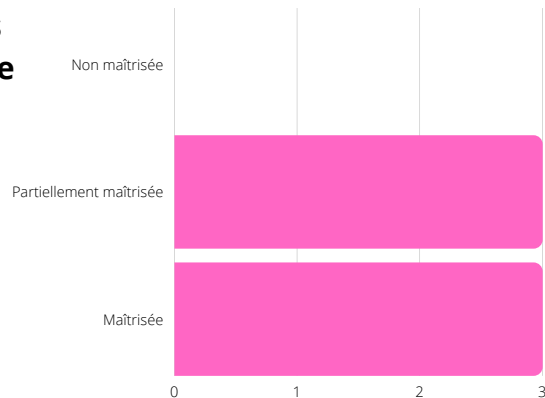
GAP les 17 et 18 octobre 2023 - 6 participants

Auto-évaluation des compétences avant le début de la formation

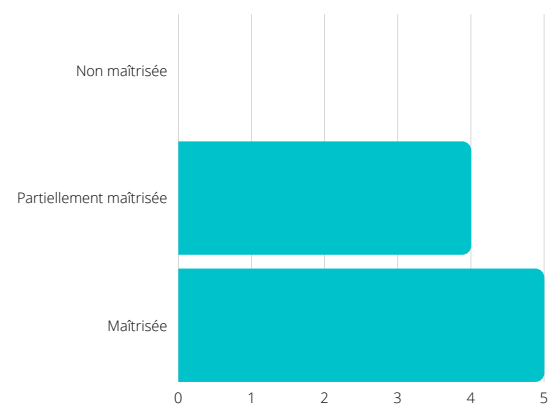
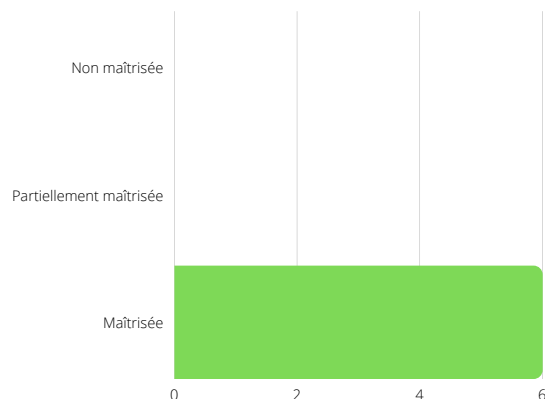
Auto-évaluation des compétences à la fin de la formation



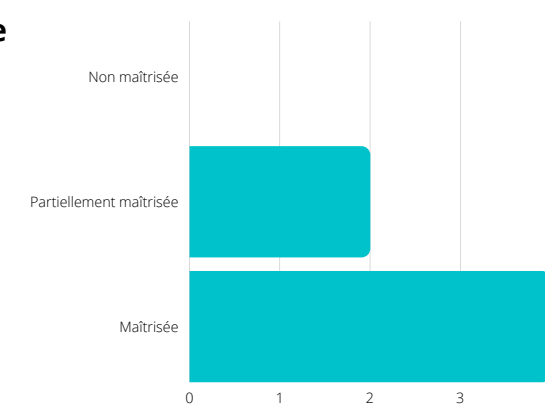
Déterminer quels sont les impacts du stress sur sa vie quotidienne.



Lister les différents degrés de la « peur »



Reconnaître ses sources de tension.





SPIRALE FCC

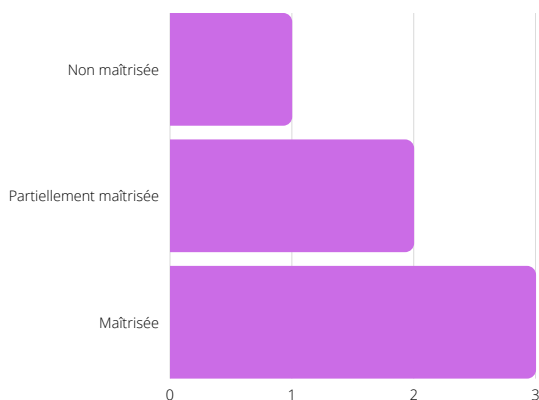
Formation - Conseil - Coaching

Synthèse des auto-évaluations Formation

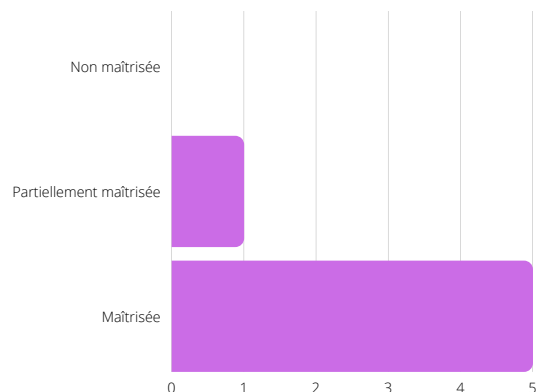
"Se perfectionner en tant que cadre - tronc commun"

GAP les 17 et 18 octobre 2023 - 6 participants

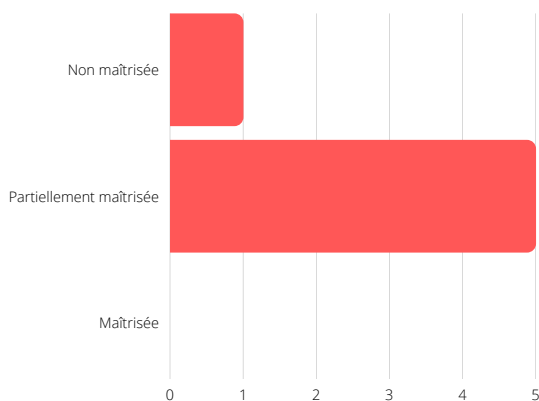
Auto-évaluation des compétences avant le début de la formation



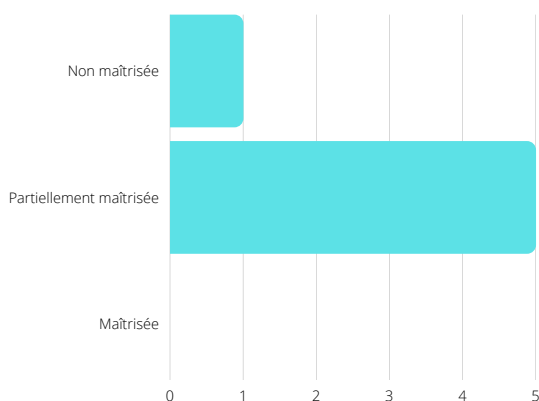
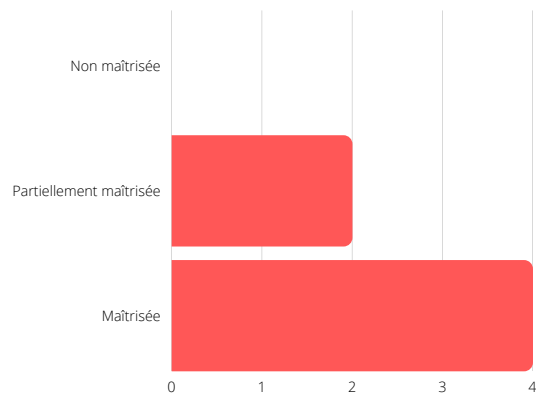
Auto-évaluation des compétences à la fin de la formation



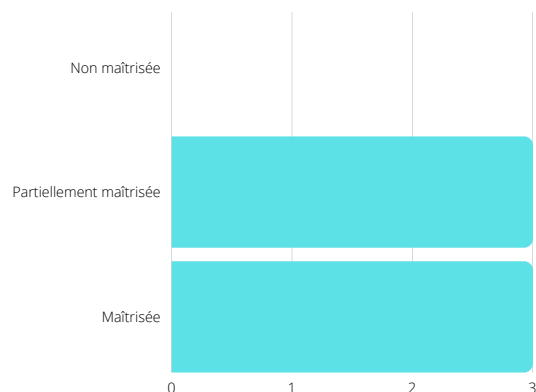
Identifier ses valeurs



Acquérir les bases d'une communication efficace.



Lister les actions à entreprendre au quotidien pour limiter son stress.





SPIRALE FCC

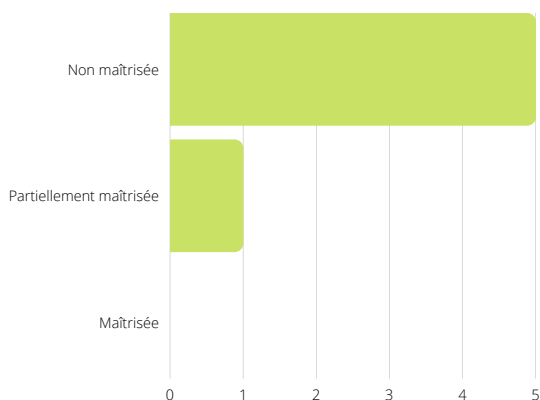
Formation - Conseil - Coaching

Synthèse des auto-évaluations Formation

"Se perfectionner en tant que cadre - tronc commun"

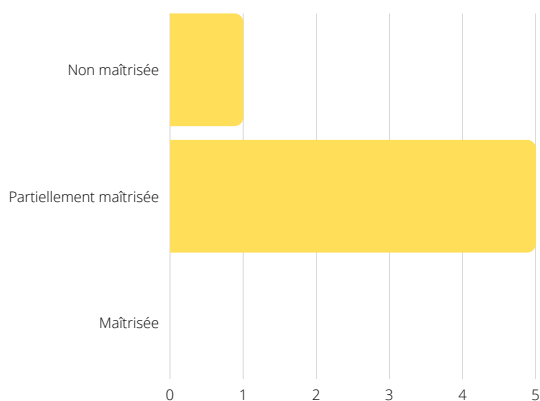
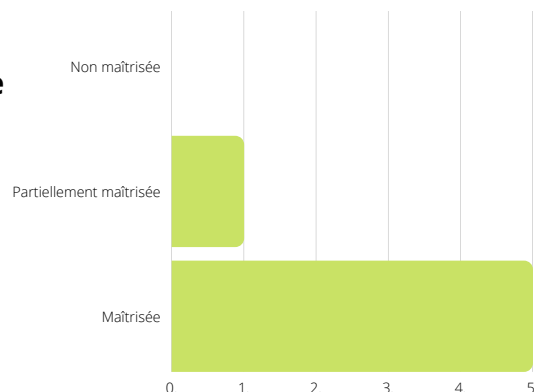
GAP les 17 et 18 octobre 2023 - 6 participants

Auto-évaluation des compétences avant le début de la formation

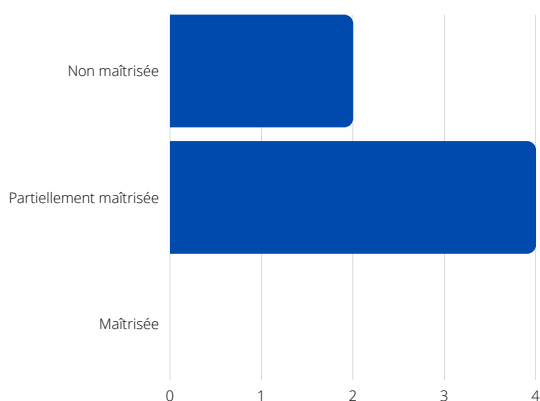
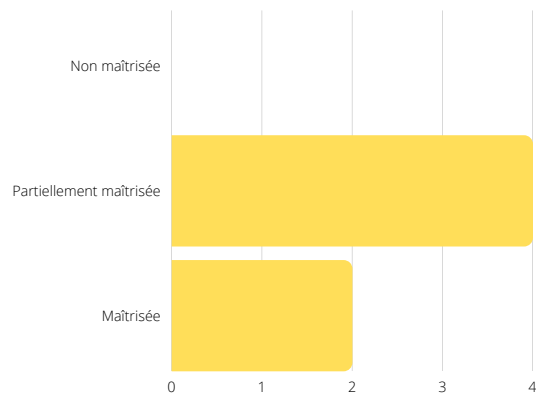


Expérimenter des techniques visant à réduire les impacts négatifs du stress.

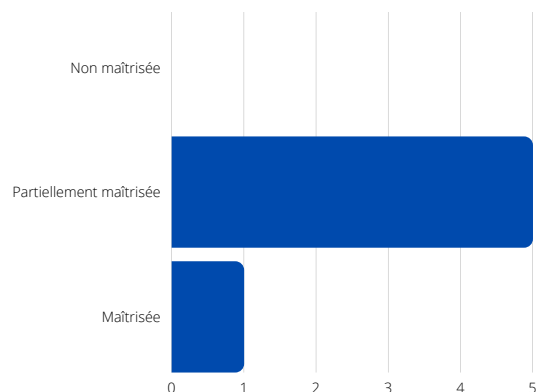
Auto-évaluation des compétences à la fin de la formation



Analyser ses forces et ses faiblesses.



Décoder les différents éléments de la communication non-verbale.





SPIRALE FCC

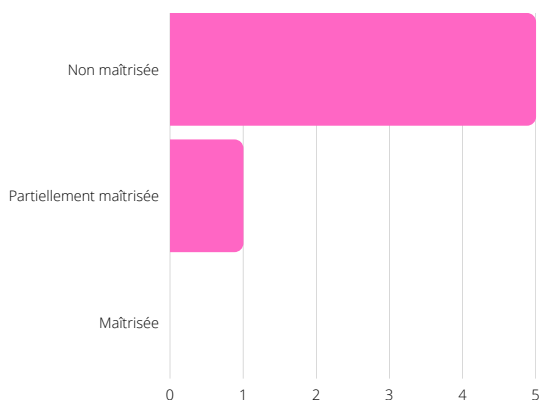
Formation - Conseil - Coaching

Synthèse des auto-évaluations Formation

"Se perfectionner en tant que cadre - tronc commun"

GAP les 17 et 18 octobre 2023 - 6 participants

*Auto-évaluation des
compétences avant
le début de la
formation*



Pratiquer le lâcher prise

*Auto-évaluation des
compétences à la
fin de la formation*

