

BOOSTER LA CONFIANCE EN SOI POUR OPTIMISER SES PERFORMANCES AU TRAVAIL

La confiance en soi est une qualité essentielle pour réussir dans le monde professionnel. Elle peut influencer la façon dont les autres vous perçoivent, la manière dont vous prenez des décisions et votre capacité à atteindre vos objectifs.

La confiance en soi peut également renforcer vos relations professionnelles.

Les personnes qui ont confiance en elles sont généralement plus à l'aise pour interagir avec les autres, pour exprimer leurs idées et pour interagir sur des projets communs. Cela peut conduire à des relations plus solides et plus productives.

Cette formation vous aidera à « booster votre confiance en vous pour optimiser vos performances au travail ».



Nathalie MACHADO
Formatrice
Coach professionnelle certifiée
Conférencière
Psychopraticienne en psychologie positive



BOOSTER SA CONFIANCE EN SOI POUR OPTIMISER SES PERFORMANCES AU TRAVAIL



OBJECTIFS ET COMPÉTENCES

Prendre conscience de ses propres ressources et compétences pour gagner en confiance
Adopter une attitude positive au quotidien face à ses interlocuteurs
Accepter de sortir de sa zone de confort



PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis nécessaire



DURÉE DE LA FORMATION

1 jour (7h)



PUBLIC CONCERNÉ

Tous



NOMBRE DE STAGIAIRE(S)

3 à 9 personnes



TARIF

Sur demande