

FORMATION  
INTER/INTRA

## DURÉE



1 jour

## LIEU

Distanciel  
ou présentiel

## PUBLIC



Tout public

## PRÉ-REQUIS

NIVEAUX  
I + II

## TARIF

Inter : 590€ HT  
Intra : sur devis

## Programme

- Présentation des drivers (premiers niveaux de stress) et les croyances associées**
  - + **Exercice** : identifier les drivers
  - + **Exercice** : pratiquer les réponses aux drivers
- Présentation des scénarios d'échec et des croyances associées qui conduisent à l'échec**
  - + **Exercice** : identifier les scénarios
  - + **Exercice** : savoir comment y répondre

## Méthodes pédagogiques

- + Affichage des contenus durant la formation
- + Nombreuses mises en situation
- + Plateforme Edusign pour l'émargement et l'évaluation des sessions de formation
- + Evaluation : Quiz des acquis en fin de session.

## Objectifs



## INDIVIDUEL

- + Découvrir les 5 croyances originelles inconscientes
- + Comprendre les scénarios ou la mécanique des échecs récurrents personnels ou professionnels



## ÉQUIPE

- + Identifier les comportements à risques légers et savoir y répondre pour améliorer la communication
- + Renforcer le soutien collectif pour minimiser

## Accessibilité et handicap

Nous vous invitons à prendre contact avec notre **référént handicap Christian Villa** christian.villa@rizup.com afin d'évaluer vos besoins spécifiques.

## Points forts

- + Des exercices concrets, individuels ou en groupe, tout au long du programme
- + Trois modules distincts pour choisir votre niveau de formation sur le sujet
- + Remise d'un support digital comprenant tous les

exercices à l'issue des sessions, pour continuer à pratiquer à l'issue des sessions