



SOFT SKILLS BOOSTER

Développer votre employabilité avec les compétences émotionnelles

Inscription sur contact@umanista.org et au 06.17.08.75.35



UMANISTA





SOFT SKILLS BOOSTER

Les objectifs de la formation

- ❖ Développer votre connaissance de « soi »
- ❖ Conscientiser votre fonctionnement émotionnel et développer votre capital émotionnel
- ❖ Acquérir ou réactiver de nouvelles compétences comportementales
- ❖ Développer votre sensibilité collaborative
- ❖ Prendre un temps « pour vous » de réflexivité, d'analyse et d'autoévaluation

Durée de la formation

- ❖ 35 heures réparties sur 5 semaines (1 journée/semaine)
- ❖ Journée de 7 heures

Public

- ❖ Formation destinée à tout le monde
- ❖ Pas de pré-requis, entretien préalable de sélection





SOFT SKILLS BOOSTER

Programme de la formation

Jour 1 : Apprendre à mieux se connaître / les émotions, l'estime de soi / **Choix des avatars**

Jour 2 : Définir son style émotionnel (Davidson) / **Choix de la quête**

Jour 3 : Développer sa flexibilité psychologique (modèle hexaflex) / les styles sociaux / **Choix des équipes**

Jour 4 : Affiner ses connaissances en résolution de problèmes / créativité / négociation / **Résolution des quêtes**

Jour 5 : Se responsabiliser et s'autoévaluer / le port folio / **Résolution et restitution des quêtes**

Les intervenants

Montpellier

Dr. Ivan Alsina : Docteur en sciences de l'éducation, Consultant en ingénierie psychosociale, Chargé de cours à l'université Montpellier III et Avignon.

Toulouse

Dr. Carmina Santamaria : Docteure en sciences de l'éducation, Psychologue du Travail, Psychologue Clinicienne, spécialiste européenne des RPS, Chargée de cours à l'université Montpellier 3, Toulouse Business School.

Inscription sur contact@umanista.org et au 06.17.08.75.35



UMANISTA

