



**INSCAE**

## ***DÉVELOPPEMENT PERSONNEL***

Aucune description

*Niveau* : Intermédiaire

*Prix* : à partir de 0,00 Ar HT

*Durée* : 3 jours | 14 heures

*Place* : personnes

### **Sessions**

### **Objectifs de cette formation**

- Gagner en harmonie avec lui-même et avec les autres ;
- Mieux exprimer et maîtriser ses émotions ;
- Connaître les principes essentiels à appliquer pour faire les bons choix de vie.

## Programmes de cette formation

- - DÉVELOPPEMENT PERSONNEL
  - Introduction au Développement Personnel
  - THÈME 1 : AVOIR UNE BONNE ESTIME DE SOI POUR ÊTRE PLUS PERFORMANT
  - THÈME 2 : STIMULER LA CRÉATIVITÉ POUR S'ADAPTER À UN ENVIRONNEMENT CONSTAMMENT CHANGEANT
  - THÈME 3 : ZOOM SUR L'IE (INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE)
  - THÈME 4 : DEVENIR UN MEILLEUR COMMUNICATEUR EN DÉVELOPPANT SON SENS DE L'ÉCOUTE
  - THÈME 5: SAVOIR LAISSER PARTIR, SAVOIR LÂCHER PRISE DES FACTEURS NON CONTRÔLABLES