

# Bâtir son projet et son relationnel pour progresser en entreprise

-Référence: **MPGP-53**

-Durée: **2 Jours (14 Heures)**

## Les objectifs de la formation

- Identifier et exploiter son potentiel
- Communiquer une image positive et s'affirmer en entreprise
- Développer et entretenir son réseau interne et externe
- Se fixer un plan d'action de développement

## A qui s'adresse cette formation ?

### POUR QUI :

- Collaborateurs en poste ou souhaitant donner une nouvelle évolution à leur vie professionnelle.

## Programme

- **Bien se situer professionnellement**
  - Identifier les différents axes de progression.
  - Comprendre ce qu'est une opportunité professionnelle.
  - Cerner la notion de santé émotionnelle au travail.
  - Voir en tout changement un facteur de progrès.
- **Savoir identifier et utiliser ses ressources**
  - Connaître ses points d'appuis et les utiliser comme ressources internes.
  - S'appuyer sur ses "compétences transversales".
  - Transformer ses points faibles en levier de progrès.
  - Traquer et combattre efficacement "l'ennemi intime".
  - Identifier et utiliser les ressources externes à l'individu.
  - Travaux pratiques Autodiagnostic : identifier vos points d'appuis.
  - Utiliser le recadrage.
- **Savoir préparer son avenir afin d'être prêt à saisir les opportunités**

- Comprendre la nécessité d'un plan de développement.
- Raisonner en termes de "projet".
- Identifier et calibrer son plan d'action.
- Découvrir sa propre "écologie".
- Travaux pratiques Exercice: de réflexion individuelle : établir votre projet de développement professionnel et définir votre propre écologie.
  
- **Savoir s'affirmer dans l'entreprise**
  - Eviter les frustrations en apprenant à dire "non".
  - Savoir faire part de ses émotions négatives.
  - Se faire entendre sans agressivité et avec assertivité.
  - Se positionner dans la perspective de son plan d'évolution.
  - Créer la confiance.
  - Travaux pratiques Exercices filmés et mises en situation pour apprendre à s'affirmer en entreprise.
  - Débriefing collectif sur les comportements mis en oeuvre.
  
- **Savoir développer son réseau interne et externe**
  - Etre et rester crédible à son poste actuel pour évoluer.
  - Créer et développer une relation positive.
  - Construire et alimenter efficacement son réseau.
  - Comprendre et utiliser les différents canaux de communication interpersonnelle.
  - Identifier sa propre valeur ajoutée.
  - Réussir en mobilisant son réseau.
  - Travaux pratiques Réflexion sur l'utilisation de son réseau interne pour contribuer à son évolution.
  
- **Entrer en action pour évoluer dans l'entreprise**
  - Mettre en oeuvre un plan d'action.
  - Utiliser une technique pour planifier son action.
  - Se fixer des objectifs SMART.
  - Savoir ce que l'on peut attendre du coaching professionnel pour réussir.
  - Apprendre à limiter les effets néfastes du stress.
  - Travaux pratiques Mise en place d'un plan d'action destiné à accélérer son évolution professionnelle.



(+212) 5 22 27 99 01



(+212) 6 60 10 42 56



Contact@skills-group.com

Nous sommes à votre disposition :  
De Lun - Ven 09h00-18h00 et Sam 09H00 – 13H00

Angle bd Abdelmoumen et rue Soumaya, Résidence Shehrazade 3, 7ème étage N° 30  
Casablanca 20340, Maroc