

# Développer ses softskills pour améliorer sa performance



Développement personnel et efficacité professionnelle Management d'équipe / Leadership - 2025

## La formation en résumé

Dans l'environnement professionnel actuel, l'entreprise cherche à s'appuyer sur des collaborateurs dotés de savoir-faire mais aussi de savoir-être adéquats. Développer ses Softskills, (compétences comportementales, humaines et relationnelles) permet de s'adapter, d'améliorer les interactions entre collaborateurs et même d'agir et de réagir face aux situations de stress.

Cette formation réalisée en individuel uniquement apporte une prise de recul sur votre propre façon d'agir pour gagner en efficacité et en sérénité. Elle vous permettra de mieux utiliser vos émotions, vos forces dans le but d'optimiser vos propres performances et celles de vos équipes.

### Objectifs :

- Définir les Softskills, mieux se connaître, mieux connaître ses émotions
- Identifier ses axes d'optimisation dans ses prises de décisions, dans des interactions ou dans sa communication
- Utiliser ses compétences fortes pour optimiser performance et bien-être au travail

### Participants :

- Toute personne souhaitant développer ses compétences comportementales

### Prérequis :

- Cette formation ne nécessite aucun pré-requis particulier.

**1 250 €**

(non assujetti à la TVA)

Formation réalisée en individuel avec une date de session garantie sous 2 mois après l'inscription et avant fin 2025  
Pour une formation en intra-entreprise, nous consulter.

1 jours

(7 heures)

Cas pratiques

## Dates et villes

Lyon - 04 72 53 88 00

Sessions à venir - Nous contacter

## Le contenu

### Apprendre à se connaître au travers des émotions

- Définir les 15 compétences du Savoir-Etre
- Prendre conscience de l'impact de ses émotions
- Connaître le processus émotionnel

### Savoir ajuster ses softskills à ses besoins

- Identifier ses besoins pour gagner en efficacité
- Connaitre ses forces
- Trouver des stratégies de développement face à ses objectifs

### Identifier ses axes d'optimisation comportementale

- Analyser ses freins
- Exploiter ses réussites
- Mettre en action ses stratégies de développement

### Les + de la formation :

- Pédagogie active et participative. Approche concrète basée sur les situations réelles du participant
- Analyse des situations rencontrées par les participants
- Echange de bonnes pratiques
- Le participant repart avec des outils personnalisés et une feuille de route qu'il peut immédiatement mettre en œuvre.

# Moyens pédagogiques et d'encadrement

## **Moyens pédagogiques et d'encadrement :**

Pédagogie active : Echanges, analyses de pratiques, mises en situation, cas réels d'entreprises

Support de formation remis au participant.

Formation animée par un de nos formateurs experts de son domaine et sélectionné selon un processus qualité certifié. Les formateurs sont accompagnés par notre pôle pédagogique intégré [« Agir et Apprendre »](#). Parcours du formateur disponible sur simple demande.

## **Suivi et évaluation de la formation :**

Les acquis sont évalués en cours et en fin de formation notamment au travers de QCM, mises en situations, mises en pratiques, présentations... Qui feront l'objet d'une analyse/correction et d'un retour du formateur.

Une évaluation de satisfaction est complétée par le participant en fin de formation.

