

**Intervenant :**

Cindy TRIAIRE – TREMPLIN
CARRIERE

Durée, date et horaires :

3 heures
9 mars – 9h à 12 h

Modalités :

- A distance
- Lien Teams
- Nombre de participants mini : 5

Public concerné :

- Dirigeant d'entreprises
adhérentes au CGA MP,
leur associé, leur conjoint, leurs
salariés

Prérequis :

Aucun

Inscriptions :

- 7 jours avant la date

Contact :

Sophie Douhet
s.douhet@cgamp.asso.fr
Tél. : 05 62 16 73 54
Mob. : 06 12 25 12 78

**CENTRE DE GESTION
AGRÉÉ MIDI-PYRÉNÉES**

13, avenue Jean Gonord
31 500 Toulouse

www.cgamp.asso.fr

N° identification CGA 1 01 310
SIRET 309 172 997 00046
Association déclarée loi du 1^{er} juillet 1901
Haute-Garonne N°9048 JO du 06/07/75
Décision d'agrément du 28/09/76.

SAVOIR-ETRE - PROGRAMME DE FORMATION

Comprendre ses émotions face au changement

Objectifs pédagogiques

Permettre à chacun de mieux appréhender les phases que nous traversons tous dans le cadre d'un changement non souhaité.

Programme :

1. Le pouvoir et l'impact des émotions
2. Le rôle des émotions
3. Le principe de l'émotion élastique
4. La courbe du deuil et/ou du changement

Moyens pédagogiques

Un visuel PPT, des questionnements ouverts, des explications et illustrations, des interactions multiples entre le stagiaire et la formatrice afin de renforcer la compréhension des enjeux.

Évaluation

Quiz au démarrage. L'évaluation est réalisée tout au long de la formation à travers des cas pratiques personnalisés. Le stagiaire évalue sa progression à l'issue de la formation, confirmée par l'intervenant.

Suivi

Feuilles d'émargement – Attestation de fin de formation individuelle
Questionnaire stagiaire

Accessibilité

Vous êtes en situation particulière ? Contactez le service formation pour répondre aux besoins spécifiques lié à votre handicap.