

PRÉSENCE ATTENTIVE AU SERVICE DU MANAGEMENT

-  **Durée** 1 jour
-  **Prérequis** Aucun
-  **Nombre de participants** 6 à 12
-  **Public** Cadres et cadres supérieurs
-  **Présentiel/Visioconférence**
-  **Tarif** à partir de 1400 € HT



OBJECTIFS

Comprendre ce qu'est la présence attentive

Identifier ses bienfaits et la possibilité de l'intégrer dans son quotidien professionnel

Connaître différentes pratiques et outils à utiliser en situation de travail

PROGRAMME

Il s'agit d'une formation expérientielle s'appuyant sur :

Des exercices simples pour revenir à l'instant présent, apprendre à se centrer sur l'essentiel, en se focalisant sur sa respiration, ses sensations physiques

Des exercices en mouvement, en situation d'écoute et de prise de parole, facilitant la transposition de la présence attentive dans la vie professionnelle

Des outils simples et pratiques à amener dans son quotidien de manager

Des apports théoriques

Remise d'un support pédagogique et d'enregistrements de méditations guidées

INFORMATIONS PRATIQUES



DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

Mise en place sous un délai de 1 à 2 mois à compter de la signature du devis

MOYENS PÉDAGOGIQUES & D'ÉVALUATION :

- CONVENTION DE FORMATION
- CONVOCATION TRANSMISE AUX STAGIAIRES
- QUESTIONNAIRE EN AMONT DE LA FORMATION SUR LES BESOINS ET ATTENTES DES STAGIAIRES
- QUESTIONNAIRE D'AUTO-ÉVALUATION EN DÉBUT ET FIN DE FORMATION
- TEMPS D'APPRENTISSAGE : APPORTS THÉORIQUES
- TEMPS D'EXPÉRIMENTATION : MISE EN SITUATION
- TEMPS D'ÉCHANGE ET D'ANALYSE SUR LE VÉCU DES PARTICIPANTS
- FEUILLES D'ÉMARGEMENT À SIGNER
- QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION
- CERTIFICAT DE RÉALISATION

ACCESSIBILITÉ

L'ensemble de nos formations est accessible aux personnes en situation de handicap.

Toutes situations nécessitant de mobiliser des moyens de compensation nécessaires seront étudiées au cas par cas dans la mesure où les besoins spécifiques nous sont communiqués 2 mois avant la date de réalisation de la formation.

Toutefois, si ces adaptations génèrent des surcoûts, une prise en charge supplémentaire peut être examinée avec l'aide de Kenvad.

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter notre référent handicap, M. KERLEROUX par téléphone au 02 98 24 93 39 ou par mail à l'adresse suivante : coordination@kenvad.fr

Notre établissement peut proposer un accompagnement individualisé à chaque apprenant en situation de handicap