



## PROGRAMME DE FORMATION

### Découvrir et ancrer une posture d'entrepreneur assurant équilibre et efficacité

<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Analyser le contexte et la situation vécue et pouvoir établir des choix conscients, respectant ses valeurs</li><li>Connaître son profil de personnalité et en comprendre les implications</li><li>Evaluer avec objectivité ses besoins, émotions, ressources et limites</li><li>Améliorer sa qualité d'interaction et de communication</li><li>Identifier ses croyances à renforcer / à désamorcer</li><li>Identifier et mobiliser ses talents</li><li>Mobiliser des outils pour mieux gérer son temps et établir ses priorités</li></ul>
<b>Formatrice</b>	Valérie Baugé – Coach professionnelle certifiée RNCP 1 – Formatrice/Facilitatrice
<b>Public</b>	Formation dédiée aux entrepreneurs indépendants et libéraux
<b>Pré-Requis</b>	Formation uniquement en individuel Si la formation devait avoir lieu en distanciel : être équipé d'un ordinateur avec connexion internet et caméra
<b>Durée</b>	7 modules de 3H00 soit 21H00 – idéalement 1 par semaine (modulable en fonction des besoins)
<b>Date</b>	En fonction du planning/demande/besoins Délai d'accès à la formation : environ 2 semaines maximum à partir de la commande
<b>Lieu</b>	Présentiel : dans votre structure ou dans une salle dédiée en Essonne Distanciel : via zoom
<b>Tarif</b>	A partir de 300€ HT/module de 3H par personne soit à partir de 2 100€ pour la formation complète (Supplément si présentiel)
<b>Nb participants</b>	Uniquement en individuel

#### IN FINE COACHING

EURL au capital de 3 000 euros - N°SIRET : 830 720 371 000 12 - TVA Intracommunautaire FR71830720371  
N° Formateur : 11910827891 – Organisme certifié Qualiopi (Actions de Formation et Bilans de compétences) - N°486 OF Ind 0  
24 rue de la Treille 91650 BREUILLET - T : 06 60 56 95 23  
vbauge@infine-coaching.fr - www.infine-coaching.fr



## PROGRAMME PEDAGOGIQUE

### MODULE N°1 (3H) : ANALYSER SA SITUATION

- Faire connaissance
- Identifier les problématiques sur les indicateurs organisationnels, relationnels et émotionnels
- Situation actuelle versus situation souhaitée
- Découvrir des outils pour permettre la prise de recul

### MODULES N°2 & 3 : COMPRENDRE LES OBSTACLES INTERNES ET POSER DES ACTIONS POUR Y REMEDIER 2x3H – Possible en 1 journée ou 2 demi-journées

- Comprendre son fonctionnement et son profil de personnalité
- Identifier en quoi ils peuvent faire obstacle aux objectifs
- Clarifier les besoins inhérents à la posture de l'Entrepreneur
- Travail sur l'estime/la confiance

### MODULES N°4 (3H) : COMPRENDRE LES OBSTACLES EXTERNES ET POSER DES ACTIONS POUR PRENDRE DU RECUL

- Identifier ce qui fait parasitages (stress, émotions ...)
- Savoir verbaliser ses besoins et poser des limites pour mieux interagir avec son équipe, ses partenaires et clients

### MODULES N°5 (3H) : IDENTIFIER SES VALEURS

- Comprendre le concept de valeurs
- Déterminer ses valeurs individuelles
- Identifier les valeurs portées par l'Entreprise
- Clarifier les impacts au quotidien pour qu'elles soient incarnées

### MODULES N°6 (3H) : IDENTIFIER SES TALENTS

- Identifier ses 5/6 talents à mettre au profit du projet de développement
- Comprendre en quoi ils sont positifs et déléteurs
- Poser des actions en conséquence

### MODULES N°7 (3H) : MIEUX GERER SON TEMPS / SE PROJETER

#### MIEUX GERER SON TEMPS (en lien avec le travail sur les obstacles internes et externes)

- Analyse du planning type
- Identifier les problématiques qui en découlent
- Découvrir et sélectionner des outils adaptés et personnalisés pour mieux prioriser, dans un souci d'efficacité et d'équilibre personnel/professionnel

#### IN FINE COACHING

EURL au capital de 3 000 euros - N°SIRET : 830 720 371 000 12 - TVA Intracommunautaire FR71830720371  
N° Formateur : 11910827891 – Organisme certifié Qualiopi (Actions de Formation et Bilans de compétences) - N°486 OF Ind 0  
24 rue de la Treille 91650 BREUILLET - T : 06 60 56 95 23  
vbaug@infine-coaching.fr - www.infine-coaching.fr

### SE TOURNER VERS L'AVENIR

- Analyser le parcours de son entreprise (Echecs et réussites) avec la mise en lumière des obstacles identifiés
- Identifier ce qui fait sens dans cette activité professionnelle et connecte au plaisir d'entreprendre, de créer, d'échanger ...
- Planifier la suite du développement de son entreprise et les conditions pour assurer sa pérennité

## METHODES PEDAGOGIQUE(S)

- Formation possible en distanciel
- Questionnaire (début/fin), tests de personnalité préalables envoyés en amont de certaines séances et autres travaux préparatoires
- Photolangage, cartes
- Cas pratiques / projection dans des scénarios vécus ou à venir

## MOYENS PEDAGOGIQUES

- **Outils pédagogiques :**
  - Paperboard (si présentiel)
  - Supports vidéos
  - Apports théoriques appuyés par des démonstrations/échanges
- **Supports de formation :** exercices sur feuilles libres pendant la formation, exercices pour approfondir à la fin de chaque module et livret remis à chaque à la fin de la formation avec pistes de réflexions pour répondre aux enjeux identifiés pendant la formation

## MODALITES D'EVALUATION

- Evaluation qualitative en début et fin de stage
- Certificat de réalisation remis, à l'issue de l'action de formation avec l'attestation de présence

## Accessibilité aux personnes en situation d'handicap



Si vous êtes en situation de handicap, n'hésitez pas à nous contacter, nous prendrons en considération vos besoins spécifiques et analyserons avec vous la meilleure formule de formation adaptée à votre situation.

### IN FINE COACHING

EURL au capital de 3 000 euros - N°SIRET : 830 720 371 000 12 - TVA Intracommunautaire FR71830720371  
N° Formateur : 11910827891 – Organisme certifié Qualiopi (Actions de Formation et Bilans de compétences) - N°486 OF Ind 0  
24 rue de la Treille 91650 BREUILLET - T : 06 60 56 95 23  
vbaug@infine-coaching.fr - www.infine-coaching.fr