

FICHE TECHNIQUE DE FORMATION EN GRH

Approche positive

Accentuez votre approche positive

Pourquoi cette formation

Cette formation vise un comportement générateur d'opportunités : accéder à une meilleure qualité de vie, avoir un impact positif sur nos pairs et améliorer notre santé.

Objectifs d'apprentissage

1. Comprendre le cycle de la pensée et le fonctionnement du cerveau
2. Comprendre l'influence de la pensée sur nos attitudes et comportements
3. Reconnaître l'impact de nos pensées sur notre santé
4. Prendre conscience de l'influence de notre comportement sur les autres
5. Mettre en place des pensées positives et un comportement juste et adéquat, générateur d'opportunités et de réussite

Détails de la formation

DURÉE

4 heures

FORMAT

Atelier interactif

PUBLIC VISÉ

Personnel cadre et professionnels



Sylvie Grégoire, CRHA,

MBA

+1 514 824 6747 ·

sylvie.gregoire@sgcm.com

Pour plus d'information :
sgcm.com

Plan de formation

#	ATELIER	DURÉE
1	La pensée positive en action	4 h

Méthodologie

Exposé du formateur, exercices individuels et en équipe, discussion en groupe, lectures et recherches, étape de suivi et échange entre les participants. Matériel didactique : ordinateur et projecteur, tableau, cahier d'exercices, tableau avec feuilles volantes.

La pensée positive en action

Éléments de contenu

- Fonctionnement des attitudes et comportements
- Les attitudes et habiletés personnelles à développer
- La pensée positive
- Le pouvoir des mots
- Les attitudes constructives
- Accéder à son plein potentiel et réussir en étant soi