



**CONSULTING  
& FORMATIONS**

## MODALITÉS & INSCRIPTIONS

 **INDIVIDUEL  
4 DEMI-JOURNÉES**

 **LIEU  
& ACCÈS**  
à définir avec le client

 **TARIFS  
& FORMATS**  
Nous consulter

 **CONTACT**  
Infos & aménagements  
particuliers

**ESTELLE SOSSON MICHOT**  
06 79 91 26 75  
estelle.michot@emi-consulting.fr

# SESSION D'ÉVOLUTION INDIVIDUELLE " GUIDÉE "

**LA CONNAISSANCE DE SOI AU SERVICE DE SA  
PROPRE TRANSFORMATION**

## OBJECTIFS

COMPRENDRE CE QUI VIENT DE L'INTÉRIEUR

INTÉGRER ESTIME, CONFIANCE ET AFFIRMATION

AMÉLIORER SA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE

ACTIVER LES LEVIERS DE SA TRANSFORMATION

## POINTS CLÉS

- 1** ½ JOURNÉE - ACCOMPAGNER SON STRESS
- 2** ½ JOURNÉE - ESTIME, CONFIANCE, AFFIRMATION DE SOI
- 3** ½ JOURNÉE - COMMUNICATION - LES 3 INTELLIGENCES
- 4** ½ JOURNÉE - PONT SUR L'AVENIR - TRANSFORMER LES APPRENTISSAGES EN OBJECTIFS D'AVENIR

## PÉDAGOGIE PERSONNALISÉE

ACCOMPAGNER ET SÉCURISER VOTRE PROPRE TRANSITION

### DIAGNOSTIC INITIAL

Définir votre profil d'apprentissage

### FOCUS SUR VOTRE RÉALITÉ PROFESSIONNELLE

Analyse de votre vécu et de vos résonances

### APPROCHE ORIENTÉE SOLUTIONS

Construction de vos outils propres

### PLAN D' ACTIONS PERSONNALISÉ

Transformer et passez à la pratique - Intégrez durablement vos acquis.