

Public

- Tout public

Prérequis

- Connaissance de l'approche client

Modalités d'admission

- Aucune en dehors des prérequis.

Durée

- 7 heures

Modalités et méthodes pédagogiques

- Présentiel
- Alternance de séances de face à face, individualisation, activités en autonomie, simulation, ludo-pédagogie, ...

Qualité des formateurs

- Formateurs experts métier ayant validé un parcours de qualification pédagogique

Documents remis

- Attestation de fin de formation

Les personnes en situation de handicap sont invitées à contacter le référent Handicap local afin d'étudier les possibilités de suivre la formation

Nous contacter

www.aftral.com

0809 908 908

GERER ET UTILISER SES EMOTIONS POUR ETRE PLUS EFFICACE

Objectifs généraux

- ◆ Développer ses compétences de conseiller voyage

Les plus de la formation



- ◆ Des moyens matériels performants et innovants
- ◆ Une formation active et inter active avec des cas pratiques
- ◆ Méthodes pédagogiques ajustées au niveau des participants et à leurs rythmes d'apprentissage
- ◆ Utilisation des outils pédagogiques pour accompagner les participants : support de formation spécifique, power point explicatif, exercices d'application.
- ◆ Remise d'une documentation complète et ciblée

Mode d'évaluation des acquis

- ◆ Evaluation en cours de formation sous la forme de mises en situation, études de cas, quizz, ...

Validation

- ◆ Attestation de formation
- ◆ Niveau : Sans objet
- ◆ Possibilité de valider un/des blocs de compétences : Sans objet
- ◆ Equivalences, passerelles, débouchés : Sans objet
- ◆ Code RNCP/RS : Sans objet
- ◆ Code Certif Info : Sans objet

Agrément

- ◆ Sans objet

PROGRAMME

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
1	Identifier les objectifs et étapes de la formation	0 h 30
<ul style="list-style-type: none"> ■ Vérification du respect des prérequis ■ Présentation du centre, de l'équipe pédagogique et des moyens matériels ■ Présentation de la formation ■ Modalités pratiques ■ Tour de table 		MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES
		Salle équipée d'un ensemble multimédia

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
2	Gérer et utiliser ses émotions pour être plus efficace	6 h 00
<ul style="list-style-type: none"> ■ Définir le stress <ul style="list-style-type: none"> - Le bon et le mauvais stress - Évaluation de son niveau de stress ■ Comprendre son comportement en situation de stress <ul style="list-style-type: none"> - Les déclencheurs - Les états internes ■ Écouter ses émotions <ul style="list-style-type: none"> - La respiration - La méthode tipi ■ Savoir gérer son temps <ul style="list-style-type: none"> - Identifier les mangeurs de temps - Améliorer notre rapport au temps ■ Prévenir le stress <ul style="list-style-type: none"> - Les rituels personnels - Les ressources au quotidien (l'équilibre de vie) 		MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES
<i>Evaluation</i>		Salle équipée d'un ensemble multimédia Ressources pédagogiques

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
3	Bilan et synthèse de la formation	0 h 30
<ul style="list-style-type: none"> ■ Bilan ■ Synthèse ■ Evaluation de satisfaction 		MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES
		Salle équipée d'un ensemble multimédia