

## Rebondir en temps de turbulence - webinaire

### Description de la formation

---

En cette période de transformation accélérée où le travail virtuel devient une pratique largement partagée, quelle est la bonne posture à adopter pour maintenir votre motivation et votre mobilisation tout en explorant de nouveaux repères?

### Objectifs pédagogiques

---

1. Découvrir votre capacité à rebondir à l'aide de vos indicateurs et leviers personnels.
2. Vous donner les moyens d'accepter le changement et mettre en place les éléments qui favorisent votre propre mobilisation.

### Contenu

---

- Mon tableau de bord personnel interne (Q.I., Q.E., personnalité) - autodiagnostic
- Construction de la réalité - cartes mentales, intentions et besoins
- Faire différemment : Perceptions - Gestes clés - Impacts
- Rebondir dans un contexte en évolution : redonner du sens à l'expérience vécue
- Passer de la réflexion à l'action

### Méthodologie

---

- Exposé
- Démonstration
- Auto-évaluation

Webinaire interactif

### Clientèle visée

---

Tous.

### Particularités

---

Cette formation est offerte en classe virtuelle d'une durée de 60 minutes. Vous devez vous connecter à la plateforme Zoom via le lien qui vous sera envoyé avant la formation. Un ordinateur avec accès internet ainsi qu'une caméra et un casque d'écoute (micro et haut-parleurs) sont nécessaires pour participer à la formation.

### À savoir lorsque cette formation est en ligne

---

Nos formations en ligne sont diffusées sous forme de classes virtuelles interactives et nous travaillons avec la plateforme Zoom.

Vous devez avoir un ordinateur avec un bon accès à Internet ainsi qu'une caméra, un micro et des haut-parleurs afin de participer à la formation. La caméra doit être fonctionnelle et être ouverte tout au long de la formation pour faciliter les échanges avec le formateur et le volet pratique de la formation.

### Durée

---

1 jour(s) pour un total de 7 heure(s).

## Rebondir en temps de turbulence - webinaire

### **Coût par participant en formation publique**

---

0 \$ (à déterminer)

ÉTS FORMATION est le leader universitaire en formation continue avec plus de 7 000 participants formés annuellement et une offre de plus de 300 différentes formations. Nos formations sont pratiques et pragmatiques et affichent un taux de satisfaction supérieur à 90 %. Consultez notre programmation complète au <http://www.etsformation.ca/>