



# *Confiance en soi :* **AFFIRMEZ VOTRE POSTURE D'ENTREPRENEUR.E**

## PROGRAMME

### Mieux se connaître

- Réaliser un autodiagnostic
- Questionnaire de personnalité
- Identifier ses freins et enjeux personnels
- Clarifier ses objectifs

### Confiance en soi : de quoi parle-t-on ?

- Distinguer l'estime de soi de la confiance en soi
- Expliquer les mécanismes de la confiance en soi
- Identifier les comportements induits par la confiance en soi

### Identifier ses croyances

- Découvrir et nommer ses croyances
- Identifier ses injonctions
- Se construire un système de croyances ressources

### Ancrer sa transformation

- Construire sa boîte à outils pour maintenir et développer sa confiance en soi au quotidien
- Découvrir les mécanismes de défense associés
- Mise en pratique pour incarner sa confiance en soi

### PUBLIC

créateurs / repreneurs et dirigeants d'entreprise

### HANDICAP

réfèrent : Christophe BRIMMEL

entreprendre.handicap@bge-parif.com

### PREREQUIS

être entrepreneur.e ou avoir un projet de création d'entreprise

### OBJECTIFS

- Mieux se connaître et identifier ses freins et enjeux
- Découvrir et surmonter ses croyances limitantes
- Construire sa boîte à outils pour nourrir sa confiance au quotidien

### DUREE

2 journées de formation / 14 h

### METHODE PEDAGOGIQUE ET EQUIPEMENT

exposés théoriques et applications pratiques avec des exercices et jeux de rôle ciblés sur les besoins de l'entrepreneur.e

**FORMATEUR** expert en savoir-être entrepreneurial

### MODALITÉS D'EVALUATION

Evaluation de la formation par les participants  
Attestation de formation