

Développement personnel (autoformation)

RÉF | 7050

OBJECTIF ET CONTENU

Objectif

À l'aide d'un support pédagogique d'autoformation et d'un coaching en-ligne, vous pourrez comprendre les différents aspects des 3 thèmes constituant cette formation :

· Développer l'art de la négociation : comprendre les préalables à une négociation, apprendre à bien la préparer et savoir mener une négociation efficace.

· Développer son efficacité personnelle au quotidien : apprendre à gérer son budget personnel, savoir développer son réseau social et faire face au trac....
· Développer son intelligence émotionnelle : acquérir la compréhension des mécanismes émotionnels et le développement de vos compétences émotionnelles en milieu professionnel.

Programme

8 Modules. Chaque module comprend une animation pédagogique permettant d'acquérir la compétence visée ainsi que de nombreux exercices de mise en application.

- Les préalables à la négociation
- Préparer une négociation
- Bien mener une négociation
- Savoir gérer son budget personnel
- Savoir développer son réseau social
- Savoir faire face au trac
- Développer son intelligence émotionnelle

Parcours personnalisé : un entretien avec un formateur vous aidera à préciser vos besoins personnels. Il vous proposera un programme de formation individualisé.

Apprentissage en ligne : vous suivez cette formation à distance, sur votre équipement. Au cas où vous ne possédez pas d'ordinateur, l'organisme met à votre disposition un espace de travail et tout le matériel nécessaire (ordinateurs, connexion internet, ouvrages et didacticiels) en vue de

continuer à vous former en autonomie et en dehors des ateliers. Un animateur est également présent à temps partiel afin de répondre aux demandes d'utilisation du matériel et des logiciels.

Certification(s) visée(s)

Attestation de participation de l'organisme

Type de formation

[Bruxelles Formation - Contrat de formation pour chercheur d'emploi reconnu par Bruxelles Formation](#)

ORGANISATION

Durée

8 heures (variable selon le niveau) L'abonnement à la plateforme d'autoformation est valable 3 mois et peut-être prolongé sous-conditions

Horaire

Horaire sur mesure : vous décidez vous-même de votre rythme d'apprentissage, suivant vos disponibilités et vos souhaits. Il est recommandé de travailler sur la plateforme au minimum 3h/semaine.
BF espaces numériques est ouvert les mardi et jeudi de 9h à 12h et de 13h à 16h.

Début

Permanent, sur rendez-vous

Coût

Gratuit

CONDITION D'ADMISSION

Prérequis administratifs

Etre chercheur d'emploi inoccupé..
Nos formations en ligne sont ouvertes à tous les Bruxellois et Bruxelloises inscrit·e comme chercheur·euse·s d'emploi chez Actiris.

Une inscription au FOREM ou au VDAB est acceptée sous condition. Vous devrez prouver votre statut via la délivrance du formulaire A15 d'Actiris (ou du formulaire correspondant du FOREM et du VDAB).

Avoir à disposition un ordinateur avec les capacités minimales

suivantes :

Navigateur web : Internet Explorer, Chrome, Firefox, Safari

Système d'exploitation : Mac ou PC

Plugin Flash : version 8 minimum

Au cas où vous ne possédez pas d'ordinateur, l'organisme met à votre disposition un espace de travail et tout le matériel nécessaire (voir horaires et conditions plus bas)

EN PRATIQUE

Pour s'informer et postuler

Envoyez un mail à espaces-numeriques@bruxellesformation.brussels

Organisme

Bruxelles Formation - BF espaces numériques

Cantersteen 12

1000 Bruxelles

<http://www.bruxellesformation.brussels>