

## Intitulé du stage : L'analyse au service de l'efficacité et de la résilience

### OBJECTIFS

- Utiliser la compétence d'analyse pour maintenir une stabilité personnelle en toutes situations

Public :

4 - 6 pers

Pré requis :

NA

Tarif :

1 750 € HT par  
personne

Durée :

3 jours en groupe à Dijon

### CONTENU PEDAGOGIQUE

#### Différencier

- Penser, analyser, réfléchir, constater, solutionner

**Processus « intellectuel » pour réaliser une analyse**  
**Développer la compétence d'analyse**  
**Traduire son analyse en « mots »**

#### L'analyse au service de diverses situations comme

- La prise de recul personnel (ou mieux gérer son stress)
- Réaliser un diagnostic
- Etre factuel

#### Ou encore

- Réaliser des analyses critiques
- Fixer des objectifs
- Elaborer des dossiers et projets

#### Les compétences cognitives

- Réflexion analytique et opérationnelle
- Réflexion globale et synthétique

**Utiliser à bon escient les approches analytiques et systémiques**

**Piloter des situations complexes et des situations compliquées**

**Développer son « équilibre émotionnel »**

- Les émotions et la communication
- Les émotions et l'action
- Les émotions et la prise de décision

**Connaître et comprendre ses sources personnelles d'équilibre et de déséquilibre (ou de fragilité)**

### METHODE PEDAGOGIQUE

Mode démonstratif et apports théoriques, Animation participative,  
Exercices pratiques, études de cas

#### Plus pédagogiques

Adaptation support pédagogique avec situations de chaque participant  
Entretien personnalisé de suivi

### Modalités d'inscription

[contact@formation-cfr.fr](mailto:contact@formation-cfr.fr) - 03 80 28 01 68

Adresse : 3 allée André Bourland, 21000 Dijon