

 Leadership et gestion

Le sentiment d'efficacité personnel : pratique de gestion

**À distance 495 \$****21 mai 2025** | 9:00 à 16:00

Inscriptions acceptées jusqu'au 7 mai 2025

15 places disponibles

Contexte

Valoriser le sentiment d'efficacité personnelle (SEP) est une approche de gestion à la fois bienveillante et structurante. Le SEP repose sur quatre comportements clés que vous pouvez intégrer quotidiennement avec votre équipe. Il constitue également une base solide pour développer vos compétences émotionnelles.

Objectifs pédagogiques

Au terme de la formation, les personnes participantes seront en mesure :

- Découvrir les compétences émotionnelles ;
- Identifier les facteurs influençant l'efficacité individuelle et collective ;
- Découvrir le quotient de dangerosité (QDÉ) de votre équipe.

Contenu

- Définir le sens afin d'atteindre les performances
- Les compétences émotionnelles en gestion
- Les éléments composant le sentiment d'efficacité personnelle (SEP)
- Les quatre sources du SEP
- Les sources nourricières du SEP
- Le quotient de dangerosité émotionnelle de votre équipe (QDÉ)

Approche pédagogique

L'approche utilisée fait appel aux expériences vécues par les personnes participantes et favorise l'établissement des liens entre la théorie et les concepts.

Clientèle cible

Gestionnaires, personne professionnelle, responsables d'une équipe et toute personne désirant développer sentiment d'efficacité personnel.

Durée et unités de formation continue (UFC-UQO)

Cette formation est d'une durée de 6 heures et donne droit à 0,6 UFC-UQO.

Logistique et déroulement

- Les groupes seront limités à un maximum de 15 personnes participantes.
- La formation se déroulera via la plateforme Zoom.
- Pour assurer une bonne qualité de connexion, un accès Internet à haute vitesse et un microphone sont nécessaires.
- Bien que l'utilisation d'un ordinateur soit privilégiée, d'autres dispositifs technologiques sont également acceptés.
- Afin de maximiser l'interaction et la dynamique de groupe, nous recommandons fortement l'utilisation d'une caméra.

Personne formatrice

Johanne Panneton est détentricrice d'une maîtrise en gestion de la formation de l'Université de Sherbrooke et poursuit ses recherches en santé émotionnelle au travail au 3e cycle en éducation. Johanne est reconnue comme formatrice agréée par la Commission des partenaires d'affaires du marché du travail. Elle est titulaire d'un brevet d'enseignement du ministère de l'Éducation du Québec et est maître praticienne et coach en programmation neurolinguistique IDCOM International.

Spécialiste en développement des compétences et des organisations, elle cumule plus de 35 années d'expérience et croit foncièrement que chaque être humain possède en lui l'ensemble des compétences nécessaires à la réussite de sa vie. Le travail étant une facette importante de l'existence, elle accompagne, stimule et encourage l'expérimentation et l'apprentissage en toutes circonstances. Johanne est douée pour les communications interpersonnelles et elle est dotée d'une énergie stimulante et contagieuse.

<https://formation-continue.uqo.ca/formation-continue/sentiment-efficacite-personnel-pratique-gestion>