



1
Jours

L'esprit critique pour augmenter ses performances professionnelles

dans **COMPETENCES RELATIONNELLES - COMPETENCES RELATIONNELLES / Réf : SOFT-SKILLS-05**

Objectifs de la formation

- Accroître son efficacité professionnelle
- Comprendre l'importance d'exercer son esprit critique
- Développer sa capacité à tenir un raisonnement construit et documenté
- Éviter les pièges tendus par une stratégie de communication

Programme de la formation

Matin

1. Définir la notion d'esprit critique pour en mesurer l'intérêt

- La définition de l'esprit critique
- Les enjeux et apports de l'esprit critique en entreprise
- La distinction entre savoirs et certitudes
- L'influence de l'environnement sur l'esprit critique

Après-midi

2. Construire et renforcer son esprit critique

- L'importance de la notion de curiosité
- La propension à remettre en cause
- Le contournement de ses biais cognitifs dans une prise de décision
- Le décryptage d'une information, d'une image ou d'une vidéo

3. Mettre en oeuvre son esprit critique au service d'un projet

SAS LEXOM

au capital de 25 000,00 €

Siège social : 155 Avenue René Privat - 07000 PRIVAS

N° SIRET : 510 869 274 00066 - RCS Aubenas

Code NAF : 85.59A / N° TVA Intra : FR 74510869274

GROUPE
LEXOM

LES FILIALES DU GROUPE LEXOM :

LEXOM

someformpro
formation professionnelle

supipgv
école supérieure

BIOFORMATION

Defi3
TRANSFORME VOS SAVOIRS EN FORMATION

ALTERCLASS

IRFA

FRANCE CARRIÈRE



- Les caractéristiques d'un propos constructif
- Exprimer un point de vue fermement mais avec assertivité
- L'art d'interroger (questions ouvertes, éviter les négations)

Pré-requis

Aucune connaissance préalable n'est requise pour suivre cette formation

Public cible

Toute personne souhaitant intégrer la notion d'esprit critique à son quotidien professionnel pour améliorer sa productivité

Pédagogie

Méthodes pédagogiques

- Pédagogie active et ludique : mises en situation, jeux de rôles, échanges interactifs expérientiels.
- Autodiagnostic de son stress.
- Apports théoriques et méthodologiques.

Modalités d'évaluation

- Evaluation formative tout au long de la formation, sanctionnée d'une attestation de formation reprenant l'ensemble des objectifs pédagogiques.
- Cette attestation sera délivrée à chaque participant à l'issue de la formation.

