

CANEVAS DE STRUCTURATION DE COURS

Titre du cours : Coaching/Développement personnel

Auteur : Khoudia Bassirou Ndao

Institution : Université Gaston Berger de Saint-Louis

Pré-requis : Aucun

Présentation sommaire du cours : Ce cours de Coaching plus connu sous le nom de développement personnel est un cours qui permet à l'apprenant de se connaître, de cerner ses qualités et défauts et d'y remédier mais aussi de l'aider à s'améliorer dans la prise de parole en public.

Durée : 3 semaines

Objectif général : Aider l'apprenant à avoir plus confiance en lui

Découpage en séquences :

Séquences	Objectifs spécifiques
Introduction	<ul style="list-style-type: none">• Pouvoir définir le développement personnel• Savoir de quoi il s'agit quand on parle de de coaching
Le SWAT	<ul style="list-style-type: none">• Identifier ses forces et faiblesses• Savoir saisir les opportunités et contrer les menaces
La personnalité	<ul style="list-style-type: none">• Identifier les différents types de personnalité• Identifier son type de personnalité• Connaître les points forts et les points faibles de sa personnalité et les gérer

La prise de parole en public

- Identifier les différents moments de prise de parole en public
- Savoir éviter les pièges en prise de parole en public
- Connaître les astuces d'une bonne prise de parole en public