FORMATION CONTINUE

Transformez vos doutes en force : surmontez le syndrome de l'imposteur

PRÉSENTATION

NOUVELLE FORMATION

Contexte

Ai-je vraiment ma place ? »

« Suis-je à la hauteur ? Ai-je pris la bonne décision ? »

« Et si les autres réalisaient que je ne suis pas à la hauteur de ce qu'on attend de moi ? »

Ces questionnements sont loin d'être isolés. Ils sont même caractéristiques d'un phénomène bien connu et documenté : le syndrome de l'imposteur. Ressenti par de nombreuses personnes professionnelles ou en position de responsabilité, ce sentiment peut freiner la confiance en soi, mener à des formes d'autosabotage et devenir un obstacle à l'affirmation de son rôle ainsi qu'au développement professionnel.

Cette formation participative d'une journée propose de mieux comprendre les mécanismes liés au syndrome de l'imposteur, d'en reconnaître les effets sur son leadership et de développer des stratégies concrètes pour le dépasser et évoluer avec plus d'assurance.

Objectifs

À la fin de la formation, la personne apprenante sera en mesure de :

- Comprendre ce qui se cache derrière le syndrome de l'imposteur
- Analyser l'impact du syndrome de l'imposteur sur sa posture
- Identifier des stratégies à mettre en place pour gagner en confiance.
- Renforcer son leadership au quotidien

DURÉE
7 heures

TARIF RÉGULIER
556 $

TARIF PRÉFÉRENTIEL
35 $

OÙ ET QUAND

Formation à distance

25 février 2027

Date limite d'inscription : 18 février 2027

Renseignements

819 821-7571

1 866 234-9355 (sans frais)

Public cible

Gestionnaires, professionnels et professionnelles.

CONTENU

Contenu

- Comprendre le syndrome de l'imposteur
- Identifier les impacts et les croyances qui limitent notre potentiel
- Transformer le regard que l'on pose sur soi et oser s'affirmer dans sa vulnérabilité
- Ancrer une nouvelle posture

Approche pédagogique

Lors de cette formation, plusieurs approches pédagogiques seront utilisées

- Exposé : partage de connaissance
- Ateliers en sous-groupe
- Exercices introspectifs et partages
- Exercices de co-développement
- Cas pratiques

PERSONNE FORMATRICE



STÉPHANIE LECLERCQ

Diplômée d'un MBA et d'un DESS à HEC Montréal, ainsi que coach certifiée à l'International Coaching Federation (ICF), Stéphanie Leclercq cumule plus de 25 ans d'expérience dans l'accompagnement des leaders, des équipes et des organisations au Québec et en France.

Spécialisée en innovation, en développement du leadership et en transformations collectives et individuelles, elle adopte une approche axée sur la facilitation, l'accompagnement et la cocréation. Stéphanie favorise des réflexions profondes, des dialogues authentiques et la mise en place d'actions créatives et concrètes.

Reconnue pour sa capacité à éveiller le potentiel des leaders et de leurs équipes, elle conçoit des expériences sur mesure pour enraciner des transformations alignées. Grâce à une combinaison d'expertise stratégique et de facilitation, elle aide les organisations à propulser leur croissance.

TARIFS ET HORAIRE

Tarifs

TYPES D'INSCRIPTION	PRIX
Inscription avec code de rabais (formation à 5$ de l'heure)*	35,00 $
Inscription hâtive à 30 jours ou plus avant la formation	500,00 $
Inscription UdeS pour étudiant, diplômé ou employé	500,00 $
Inscription régulière à 30 jours ou moins avant la formation	556,00 $

Note : Les prix indiqués sont pour une personne, ne comprennent pas les taxes et peuvent être modifiés sans préavis.

*Certaines dates de cette formation sont offertes **à 5$ de l'heure avec la participation financière du gouvernement du Québec**. Si vous êtes travailleuse et travailleur du secteur privé au Québec, cliquez ici pour connaître les conditions d'admissibilité et demander un code de rabais applicable au moment de passer à la caisse.

Politique d'annulation et d'abandon

Horaire

FORMATION À DISTANCE

25 février 2027

- 8 h 30 à 16 h 30 (pause d'une heure pour le diner)

ACCRÉDITATION OU PARTENARIAT

Partenaire

Gouvernement du Québec

Avec la participation financière de :

Québec

Certaines dates de cette formation sont offertes **avec la participation financière du gouvernement du Québec**, cliquez ici pour connaître les conditions d'admissibilité.