



Ouvrez la porte du possible,

Libérez vos talents !

FORMATION

DEVELOPPER SON ASSERTIVITE

LA JUSTE POSTURE PROFESSIONNELLE D’AFFIRMATION DE SOI ET DE RESPECT DE L’AUTRE

« Le coaching professionnel au service de la formation »

2 journées en présentiel (14h)

PUBLIC VISE :

Tout public entreprise. Inter ou intra - Groupe de 6 personnes maximum

Prérequis : Aucun prérequis n’est nécessaire pour suivre cette formation. En revanche, l’implication personnelle est un élément central de l’acquisition des compétences, la stagiaire inscrit en formation aura choisi de venir.

TARIF :

En inter : tarif unique quel que soit le nombre de stagiaires et dans la limite de 6 personnes - 2400 euros net

En intra : 850 euros net par personne - 2 à 3 sessions annuelles

Fourniture salle dédiée à la formation, passation et résultats tests, supports administratifs et supports formation inclus

OBJECTIF PEDAGOGIQUE :

- Affirmer son point de vue en confiance tout en préservant des relations professionnelles de qualité

CONTENU & OUTILS :

Avec l’AT (analyse transactionnelle) et la PNL (programmation neurolinguistique),

- En amont (J-15 jours) : passation test de positionnement TRICAM® et test profil émotionnel
- 1. Définition, caractéristiques et intérêts du comportement assertif
- 2. Autodiagnostic et debrief tests
- 3. Optimiser son assertivité : confiance et estime de soi / confiance et estime des autres, les voies de communication vertueuses, exprimer et recevoir les critiques et signes de reconnaissance, désamorcer le conflit, savoir dire non et poser des limites
- 4. Développer l’assertivité au sein du collectif
- 5. Définition d’un plan d’action personnalisé

COORDINATION PEDAGOGIQUE - FORMATEUR :

Madame Charlotte NOEL - Formatrice et Coach professionnelle certifiée RNCP niveau I - Ex-responsable juridique grands groupes

MOYENS PEDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D’ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE :

- Supports de formation projetés (slides, vidéos...) et remis aux stagiaires
- Exposés théoriques - Etudes de cas pratiques - Jeux de rôles - Mises en situation
- Supports créatifs : cartes « besoins » Comitys®
- Test de positionnement TRICAM® - test de profil émotionnel

DISPOSITIF DE SUIVI ET D’EVALUATION DES RESULTATS DE LA FORMATION :

- Feuille de présence et d’émargement
- Questions orales (QCM)
- Formulaire d’évaluation du stage
- Attestation de stage

