

S’AFFIRMER EN SITUATION PROFESSIONNELLE

Cette formation est proposée par Ensemble Insertion, qui réalise des actions de formation en lien avec leurs domaines d’expertise qui s’adressent à des publics diversifiés.

Public concerné :

Tous professionnels souhaitant renforcer sa capacité à s’affirmer de façon constructive

Objectifs généraux et pédagogiques

Mieux se connaître, développer son potentiel relationnel, gérer ses limites
Etablir des relations professionnelles pondérées et constructives
S’affirmer en toute situation

Nature et caractéristiques de l’action de formation :

Action d’acquisition, d’entretien ou de perfectionnement des connaissances

Contenu**Maîtriser les bases de l’affirmation de soi**

Repérage des attitudes des participants
Les concepts d’assertivité, d’attitude et de comportement
Les techniques à mettre en œuvre pour s’affirmer en toute situation

Prérequis :

Aucun

Développer son potentiel de communication interpersonnelle

Les 3 zones de communication interpersonnelle
Comment prendre des risques pour mieux s’affirmer ?
Oser entreprendre ce qui vous paraît impossible !

Intervenant :

Formateur en développement personnel

Apprendre à gérer des situations difficiles

Les techniques pour réagir lors de situation difficiles ou conflictuelles
Comment adopter un comportement constructif en toutes circonstances

Date :

Nous consulter

Mettre en pratique : votre assertivité au quotidien

Application pratique des techniques de l’assertivité à des situations professionnelles fréquentes ou problématiques

Lieu :

Au sein de votre structure

Méthodes et outils pédagogiques

Pédagogie active : concepts théoriques, études de cas, analyse de situations, échanges et interactivité
Réflexions sur les identités professionnelles et l’organisation des compétences
Grille d’évaluation progressive du participant
Jeux de rôles : reproduction de situations difficiles
Remise d’un support pédagogique

Durée :

3 jours (21 heures)

Tarif :

Nous consulter

Evaluation :

- Des acquis
- De la satisfaction