



PROGRAMME DE FORMATION EN PRESENTIEL

INTITULÉ	« L'assertivité en milieu professionnel : la bonne place dans la relation aux autres »
PUBLIC VISÉ	Toute personne (collaborateur, manager ou dirigeant) pour qui il est nécessaire de savoir s'affirmer pleinement et sereinement dans le cadre de ses relations professionnelles et qui souhaite favoriser la confiance dans ses échanges.
PRÉ-REQUIS	Volonté de s'impliquer pour en tirer les meilleurs bénéfices.
OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">– S'affirmer pleinement et sereinement dans son milieu professionnel, tout en construisant des relations de confiance durables.– Gagner en assurance et développer la confiance en soi.
DURÉE	Deux jours (14 h)
PROGRAMME	<ul style="list-style-type: none">– Connaître les principes de l'assertivité : définition, ses manifestations courantes dans les relations humaines, comprendre ses enjeux et bénéfices.– Autodiagnostic de ses prédispositions.– Reconnaître les trois comportements habituels en cas de non-assertivité : passivité, agression et manipulation.– Mises en situation pour établir un autodiagnostic de ses réactions spontanées.– Construire son assertivité à partir de la CNV (communication non violente) : apprendre à dire ce qui ne va pas, poser ses limites sans entraver l'espace de l'autre, formuler clairement ses demandes et aussi comprendre et écouter l'autre pour s'affirmer dans le respect et la bienveillance.– Développer la confiance et l'estime de soi : travail sur les positions de vie issues de l'AT (analyse transactionnelle), faire le lien avec ses propres comportements, identifier ses points d'appui dans sa personnalité. Mise en pratique.– Exercices « sur mesure » à partir de l'environnement professionnel des stagiaires.
MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES	Présentation orale ouverte aux questions des stagiaires. Projection d'un diaporama pour visualiser les modèles théoriques (AT, CNV) Alternance d'apports théoriques et de phases de mise en pratique (mises en situation, autodiagnostic avec débriefes personnalisés) Remise d'un support numérique et papier synthétisant les apports théoriques de la formation.
MOYENS HUMAINS	Frédérique Voisard est formatrice, coach et médiatrice. Formée en AT et CNV, elle s'appuie sur 18 ans d'expérience d'animation de formations et d'accompagnements de personnes et d'équipes en milieu professionnel.
MOYENS TECHNIQUES	Diaporama sur ordinateur et rétroprojecteur fournis par l'organisme de formation. La formation peut se dérouler dans les locaux de la société cliente ou dans une salle louée par elle. Nous proposons la salle suivante : Les Ateliers à Tournefeuille . Dans tous les cas, elle sera adaptée au nombre de stagiaires et permettant la projection d'un diaporama sur un écran.
MODALITÉS D'ÉVALUATION	<ul style="list-style-type: none">– Fiche de présence à émarger par demi-journée de formation.– Feedbacks du formateur et du groupe lors des phases de mise en pratique.– Un quizz d'évaluation des principaux apports théoriques est donné à la fin de formation.– Questionnaire d'évaluation à chaud sur le déroulement de l'action et les acquis de la formation.



PROGRAMME DE FORMATION EN PRESENTIEL

- ATTESTATION** Une convocation comprenant le lieu, l'horaire, le programme, le mode d'évaluation des acquis et le règlement intérieur est envoyée par mail à chaque stagiaire avant la formation.
Remise d'une attestation individuelle de formation à l'issue de l'action
- ORGANISATION DE LA FORMATION** Formation intra-entreprise.
Nombre de stagiaires : 3 minimum et 10 maximum.
- TARIF** 3000 € HT soit 3600 € TTC pour les deux journées
- CONTACT** EUMÉNIDES CONSEIL
Frédérique Voisard - fvb@eumenides-conseil.eu - 06.22.61.56.97