Management et Ressources Humaines

Mieux se connaître pour mieux s'affirmer

2 jours - 14 heures

Mise à jour 23/03/2023

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES

- Etablir des relations constructives
- S'approprier les dynamiques relationnelles pour une meilleure affirmation de soi

PROGRAMME

- Les bases – 1 jour :
  - S'affirmer positivement dans ses relations
  - L'assertivité, (définition),
  - Les types de comportement,
  - Recevoir une critique,
  - Savoir dire non, …
  - Posture et leadership (définition partagée, les clés pour développer son leadership)
  - Communiquer efficacement pour construire des relations positives – approche de la communication (analyse transactionnelle, savoir écouter, reformulation)
  - Mieux se connaître pour mieux s'affirmer - premiers questionnements

- Mieux se connaitre pour mieux s'affirmer – 1 jour :
  - « Mes croyances, mes valeurs, mes besoins, mes limites, mes talents »
  - Le rôle de mes émotions
  - Développer concrètement son leadership (Mobiliser son équipe vers un objectif commun, s'adapter à son équipe, …)

MATÉRIEL ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Formation en présentiel
- Modalités pédagogiques : Echanges, analyse de pratiques, mises en
- situation et mises en pratique, cas réels d'entreprises, co construction.
- Alternance d'apports théoriques et pratiques.

FORMATEUR

Formateur expert en management RH de la Chambre de Métiers et de l'Artisanat Auvergne Rhône Alpes

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Evaluation des acquis par le formateur (tour de table et exercices)
- Evaluation de satisfaction

ACCESSIBILITÉ

Conditions d'accueil et d'accès des publics en situation de handicap (locaux, adaptation des moyens de la prestation; gestion du handicap y compris cognitif) à définir avec notre référent Handicap à votre disposition : Béatrice de FERAUDY, 04.72.43.43.54

LES +

- Echanges entre pairs
- Taux de satisfaction : voir site internet

PUBLIC

Chef(fe) d'entreprise, conjoint, porteur de projet, Salarié(e) ou demandeur d'emploi remplissant le cas échéant les conditions d'entrée (pré requis)

12 personnes

PRÉREQUIS Aucun

LIEU Voir notre site internet

DATES / HORAIRES Voir notre site internet

TARIF 420 € nets de TVA

Prise en charge possible selon votre statut (artisan, salarié, conjoint, demandeur d'emploi)

DÉLAI D'ACCÈS

Date limite d'inscription: 8 jours avant la date de démarrage de la formation

Effectif minimum requis pour l'ouverture du stage: 7 personnes

CONTACT

CMA Lyon-Rhône

10 rue Paul Montrochet 69002 Lyon

04.72.43.43.54

formations.lyonrhone@cma-auvergnerhonealpes.fr

Siret : 130 027 956 00015

Enregistré sous le numéro 84691788769.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

Consulter nos conditions générales de vente