

AFFIRMATION DE SOI ET TRAVAIL EN EQUIPE



Objectifs

- Développer sa capacité à travailler en équipe - Comprendre et intégrer les bases de l'affirmation de soi - Apprivoiser ses émotions pour plus d'aisance dans sa vie professionnelle - Développer une communication efficace, respectueuse et personnalisée - Gérer au mieux les tensions

Contenus

Jour 1 : Autodiagnostic : Vous et votre équipe, où en êtes-vous ? Identifier sa place et son rôle au sein de l'équipe Comprendre le fonctionnement d'un groupe Jour 2 : Maîtriser les fondamentaux de la communication interpersonnelle : Optimiser toutes les dimensions de sa communication Savoir écouter les autres : les bases de l'Écoute Active Prendre sa place et communiquer Jour 3 : Comment garder le cap de l'affirmation en situation de conflits Introduction aux fondamentaux de la gestion de conflits Découvrir ses propres facteurs de motivation au travail et ceux des autres Partager sa vision et ses valeurs : Donner du sens au travail, pour soi, pour autrui

Pré-requis

Aucun pré-requis

Modalités et délais d'accès à la formation

Admission après entretien Délais d'accès à la formation : Nous consulter

Public concerné

Tout public, Salariés

Accessible aux personnes handicapées

Durée

- Nombre d'heures au total : 21h

Dates

Du 04/01/2021 au 17/12/2021 à Yzeure

Méthodes pédagogiques

Apports théoriques Mises en situation pratique et jeu de rôle Analyse de situations

Modalités d'évaluation

- Évaluation orale et/ou écrite au cours de la formation

Validation

Attestation de formation

Modalité de financement

- Financement individuel
- Plan de développement des compétences

Tarif

à partir de 17€50 de l'heure stagiaire
Complément sur le tarif : personnalisable en fonction du statut du candidat

Résultat(s)

Taux de satisfaction 100 %