

Objectifs :

Se faire confiance et gagner en assurance

Public concerné et prérequis :

Public concerné

Tous collaborateurs.

Formation accessible aux personnes en situation de handicap.

Pour toute demande vous pouvez prendre un RDV avec le référent handicap de l'établissement au 04 84 83 07 50 ou au 06 02 10 54 69.

Prérequis

Pas de prérequis spécifique

Le formateur / la formatrice :

Formateur expérimenté dans le domaine des Softskills.

Moyens pédagogiques et techniques :

Distanciel en Visio par petit groupe de 6 personnes environ

Matériel nécessaire au stagiaire :

- Ordinateur, tablette ou téléphone avec connexion internet
- Casque avec micro
- Papier stylo pour prendre des notes

Durée, effectifs :

7 heures. (6h + 1h certification)

Programme :

Atelier 1 – Comprendre et affronter ses blocages

Form'action avenir

Tél. 04 86 94 23 20 – formationavenir@gmail.com

SAS au capital de 400 € – RCS 892096629 – SIRET 89209662900019 – NAF 8559A

Objectif : Lever les freins pour accéder à la confiance

Outils-clé : Mon Diag MyCo

Training : Mise en application sur cas réels

- Accepter le risque pour accéder à la confiance
- Reconnaître ses peurs et déployer les leviers d'actions sur mes peurs
- Identifier ses drivers et comportement refuges

Atelier 2 – Développer la confiance en soi

Objectif : Faire grandir l'image de soi

Outils-clé : Le regard bienveillant

Training : Mise en application sur cas réels

- Faire la distinction identité et comportement
- Porter sur soi un regard bienveillant
- Se nourrir du regard de l'autre
- Recevoir et donner du feedback positif

Atelier 3 – Utiliser ses émotions pour s'affirmer positivement

Objectif : Accepter et mieux gérer ses émotions pour booster sa confiance

Outils-clé : Le DESC

Training : Mise en application sur cas réels

- Connaître le fonctionnement de ses émotions
- Passer de l'émotion à l'affirmation de soi
- Gérer positivement ses émotions
- Oser parler vrai

Modalités d'évaluation des acquis :

Evaluation finale des acquis et consolidation du plan d'actions

Sanction visée :

Certification François BOCQUET

Itinéraire pédagogique :

Form'action avenir

Tél. 04 86 94 23 20 – formationavenir@gmail.com

SAS au capital de 400 €– RCS 892096629 – SIRET 89209662900019 – NAF 8559A

Comme pour l'évaluation finale sous forme de test, chaque stagiaire devra répondre à des QCM ou exercice se rapportant à l'ensemble des items vus .

Cette évaluation partielle a un double objectif : vérifier la progression des acquis sur les stagiaires, mais aussi les mettre en conditions réelles du passage du test final.

Il convient ici de rappeler que ces évaluations partielles sont avant tout formatives et non normatives.

Délais moyens pour accéder à la formation :

A réception du devis et des documents administratifs signés, une date d'entrée en formation vous sera proposée en fonction de vos besoins dans la limite d'un mois.

Attention toutefois, les délais d'accès peuvent varier en fonction de l'action de formation :

- Inter-entreprise
- Intra-entreprise
- CPF

FORM'ACTION Avenir

Form'action avenir

Tél. 04 86 94 23 20 – formactionavenir@gmail.com

SAS au capital de 400 €– RCS 892096629 – SIRET 89209662900019 – NAF 8559A