

# S'affirmer dans ses relations professionnelles

3 jours (21h)  
Ajouté le 15/06/2022 - Modifié le 25/01/2024

**1260€ NET**

Accroître son efficacité relationnelle

## Objectifs

- Identifier des techniques simples pour gagner en assurance et sérénité
- Gérer ses émotions de façon positive
- Adapter ses comportements pour favoriser des relations dynamiques et constructives

## Compétences visées

- Accroître son efficacité relationnelle tout en affirmant sa personnalité et gagner en charisme
- S'affirmer face à une équipe ou une personne
- Développer un comportement assertif

## Public

Toute personne souhaitant gagner en assurance dans ses relations professionnelles

**Prérequis :** Aucun pré-requis

**Accessibilité :** Formation ouverte aux personnes en situation de handicap : un référent handicap étudiera les adaptations pouvant être mises en place pour vous permettre de suivre la formation. Pour plus d'informations : rendez-vous sur notre page centre de formation.

**Délais d'accès :** L'accès à la formation est soumis au délai d'acceptation des financeurs et du temps de traitement de la demande : de 7 jours à 2 mois selon le mode financement.

## Programme

### L'impact de sa communication verbale et non verbale

- Les 3 familles de la communication : non verbale, para verbale, verbale
- Postures-voix-regard : leur impact pour la compréhension et la mémorisation d'un message

# S'affirmer dans ses relations professionnelles

## Auto diagnostic de ses points forts de communicant

- Confronter, évaluer, améliorer son propre fonctionnement et ses caractéristiques d'acteur de la communication

## Les différentes attitudes de la communication

- Attaque, fuite, manipulation, assertivité : leur impact respectif dans les situations professionnelles quotidiennes

## S'affirmer sereinement dans une relation

- Savoir demander
- Etre force de proposition
- Savoir dire « non »
- Acquérir plus de fermeté ou de souplesse relationnelle (selon le cas) face à une objection
- Répondre à l'émergence d'une situation difficile ou conflictuelle

## Dates & lieux

 12, 13 février et 18 mars 2024

 Le Mans

 19, 20 février et 01 mars 2024

 Nantes

 11, 12 avril et 21 mai 2024

 Laval

 30, 31 mai et 07 juin 2024

 Angers

 13, 14 et 24 juin 2024

 Nantes / St-Herblain

 12, 13 et 27 septembre 2024

 Nantes / St-Herblain

 21, 22 et 29 novembre 2024

 Angers

# S'affirmer dans ses relations professionnelles

📅 02, 03 et 16 décembre 2024

📍 Nantes / St-Herblain

📅 Nous consulter pour les dates

📍 La Roche sur Yon

## 👍 Les points forts

Une offre riche et diversifiée de plus de 400 formations sur des thématiques très ciblées. Une équipe à votre écoute pour vous accompagner dans la réalisation de vos projets formation

Retrouvez tous nos indicateurs de satisfaction et de performance sur nos pages centres de formation

## 👤 Modalités pédagogiques

Le formateur apporte non seulement des notions théoriques mais également un accompagnement des stagiaires vers l'acquisition des compétences et leur validation par la pratique

De ce fait, le déroulement des formations inclut des travaux : en sous-groupes, de préparation d'exposés, de mises en situation, des exercices d'application, des ateliers de travail

**Équipe pédagogique** : Les formateurs CCI FORMATION sont sélectionnés en cohérence avec les méthodes pédagogiques que nous encourageons. Ils sont référencés sur la base de leur expertise dans leur domaine d'intervention et leur capacité à partager leur expérience au travers de solutions concrètes et opérationnelles

**Méthodes** : Les CCI des Pays de la Loire vous accueillent en proximité dans leurs établissements de formation. Nos équipements, conçus pour répondre à l'ensemble des thématiques de formation proposées, offrent un cadre d'apprentissage agréable, performant et stimulant Découvrez sur nos pages centres de formation, la présentation détaillée de nos infrastructures

## 📄 Validation/Certification

Un positionnement est réalisé en début de formation. A l'issue de la formation, les acquis de connaissances du participant seront évalués au regard des objectifs de la formation (QCM - quizz - mise en situation ...). Une attestation de fin de formation pourra être remise au stagiaire à l'issue de la formation.