

Confiance et COLLABORATION *Soft Skills*

Source de la confiance en soi, l'estime de soi est au cœur de la réussite personnelle, des équipes et des entreprises. Elle se développe tout au long de la vie. Une meilleure estime de soi procure plus de bienveillance, de lucidité par rapport à soi. Elle invite à s'accepter et à se dépasser.

Cette formation donne les moyens pour gagner en assurance au quotidien.

Pour adapter le programme à vos objectifs, un diagnostic et/ou QCM sera établi avant l'entrée en formation

OBJECTIFS :

Découvrir les bases de l'affirmation de soi
Pouvoir adapter son comportement aux situations

Améliorer son potentiel de communication
Développer ses soft skills

INFORMATIONS :

Durée : 2 Journées (possibilité de séquencer)

Horaires : 14h à répartir

Prérequis : Aucun

Public visé : Tout public

Effectif : 6 personnes maxi

Lieu : Sur site ou à distance

Format : Inter ou Intra



MOYENS PEDAGOGIQUES :

Travail de groupe - Plateforme collaborative -
Expérimentation - Alternance de cours
théoriques et cas pratiques - Partages
d'expériences - Interactions individuelles -
Serious play - Ateliers créatifs

TARIF : Sur devis

Evaluation des connaissances assurée au
début et tout au long de la formation par des
exercices d'applications

PROGRAMME :

Confiance

Rétablir la confiance pour soi et pour l'autre

Savoir observer et reconnaître les signaux pour adapter son comportement

Se libérer de ses peurs

Eviter les erreurs de communication

Collaboration

Exprimer et partager des valeurs

Coopérer

Travailler en équipe

Gérer les situations compliquées

Prévention/Gestion des conflits

Les bases de la communication non violente (CNV)

Le langage corporel (Non verbal et Para verbal)



VOTRE CONTACT : [Pauline Puzin](mailto:pauline@kermaconcept.com) - 0659191370 - pauline@kermaconcept.com

www.kermaconcept.com