




 <p>Objectifs</p>	<p>Identifier les éléments de la confiance en soi Identifier ses forces et ses talents Développer son leadership en les affirmant à l'extérieur</p>
<p>Public Visés</p>	<p>Toute personne désireuse d'améliorer sa confiance en soi et sa capacité d'expression</p>
<p>Prérequis</p>	<p>Aucun</p>
 <p>Durée et modalités d'organisation en intra-entreprise</p>	<p>14h en présentiel Lieu : sur le site du client pour les intra-entreprises Sur orléans pour les inter-entreprises De 9h-12h30 et de 13h30 à 17h Maximum de 7 personnes</p>
 <p>Durée et modalités d'organisation pour les inter-entreprises</p>	<p>14h en présentiel à Orléans Lieu : Orléans De 9h-12h30 et de 13h30 à 17h Formation maintenue avec un minimum de 5 personnes De 9h-12h30 et de 13h30 à 17h</p>
 <p>Contenu de la formation</p>	<p>JOUR 1 : Identifier ses forces et ses talents avec le CCTI Questionnaire CCTI/MBTI + profil</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identification des zones de confort et des zones de vigilances • Expression des talents <p>Faire la différence entre estime de soi-confiance en soi Développer sa confiance en soi à travers ses réussites Développer sa confiance en soi à travers la critique et en faire des apprentissages</p> <ul style="list-style-type: none"> • Critique intérieure • Critique extérieure <p>Lutter contre ses croyances limitantes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Celle qui viennent de l'intérieur) • Celles qui viennent de l'environnement • Celles qui viennent des autres

Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invités à nous contacter directement afin d'étudier les possibilités de suivre la formation

	<p>JOUR 2 : Développer son leadership et l'affirmation de ses talents</p> <p>La gestion des émotions dans l'affirmation de soi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Profil de personnalité et émotions • Remplacer un couple « <i>émotion-pensée</i> » négatif par un couple « <i>émotion-pensée</i> » positif • Regarder-accepter et s'arrêter pour domestiquer ses émotions • Identifier l'émotion de l'autre et savoir s'en servir <p>Se donner des droits et s'affirmer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifier ses droits • Les octroyer aux autres • S'affirmer en respectant l'affirmation de l'autre <p>Communiquer de façon affirmée</p> <ul style="list-style-type: none"> • Savoir identifier ses besoins et ses émotions • La communication non violente comme outils d'expression des besoins • Faire des demandes acceptables
<p>Modalités pédagogiques</p>	<p>Diaporama, Tour de table, mur de personnage, Vidéos, ateliers pratiques</p>
<p> Modalités d'évaluation</p>	<p>Des modalités d'évaluation peuvent être identifiés en cas de besoin</p>
<p>Besoins logistiques</p>	<p>Paperboard, vidéoprojecteur, salle adaptée</p>
<p></p>	<p>Tarif : 2500€ TTC en intra-entreprise de 4 à 7 participants Tarif inter : 900€ TTC par personne avec un minimum de 5 participants</p>
<p>Délai d'accès</p>	<p>Les inscriptions doivent être réalisées 21 jours avant le début de la formation</p>
<p>Formateur</p>	<p>Catherine MAIGNAN-Certifiée CCTI 20 ans d'expérience- www.air-rh.fr- 06.72.67.29.45</p>
<p>Contact :</p>	<p>catherine@air-rh.fr</p>

Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invités à nous contacter directement afin d'étudier les possibilités de suivre la formation