

Formation Confiance en soi et posture professionnelle



Formation disponible en présentiel ou en distanciel, en groupe ou en individuel.



Formation complète : 1 jours de formation

Prix **inter** : 400€ H.T Forfait **intra** 650€ H.T
(Financements possibles.)

A qui s'adresse cette formation ?



Pour qui ?

- Dirigeants et indépendants (TPE/PME)
- Managers et responsables d'équipe
- Référents RH



Prérequis :

Aucun prérequis particulier.

Quand un client cherche sur Google, vous voulez apparaître. Maîtrisez les bases du référencement local et votre fiche d'établissement pour être trouvé près de chez vous.

PROGRAMME

AVANT

- Positionnement : les situations où vous manquez d'assurance.

PENDANT

1) Comprendre la confiance en soi

- D'où elle vient, ce qui la freine.

2) Renforcer son assurance

- Préparation, dialogue intérieur, ancrage.

3) Travailler sa posture

- Voix, regard, attitude, présence.

4) S'affirmer avec justesse

- Dire non, exprimer un désaccord, poser ses limites.

- Plan d'action 30 jours et suivi.
- Auto-évaluation de la posture managériale.



Objectif de la formation

- Comprendre les ressorts de la confiance
- Renforcer son assurance
- Travailler sa posture et sa présence
- S'affirmer avec justesse



Modalités d'évaluation

- Avant : positionnement et auto-évaluation.
- Pendant : mises en situation, évaluation formative et feedback.
- Fin : validation des livrables et auto-évaluation finale.
- Satisfaction : questionnaire à chaud.



Intervenants

Formation animée par un formateur consultant expert en développement personnel et communication, avec une solide expérience terrain.



Points forts de la formation

- Beaucoup de pratique
- Des effets concrets sur le quotidien
- Une posture plus affirmée



QUALITÉ DE FORMATION

Formation certifiée Qualiopi, prise en charge possible le jusqu'à 100%



QUALITÉ DE FORMATION

Nous étudions toutes les situations de handicap et mettons en place, lorsque cela est possible, les aménagements pédagogiques et organisationnels nécessaires (contact en amont).