



MIEUX SE CONNAITRE

Code R4938

PUBLIC

- Toute personne désirant développer ses relations interpersonnelles

PREREQUIS

- Aucun

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Exposés dynamiques et interactifs
- Mises en situations professionnelles
- Utilisation d'outils d'autodiagnostic
- Plateforme
- Analyse de situations, partage de bonnes pratiques

MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION

- Mises en situations
- Exercices

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Mieux connaître son fonctionnement, son mode de communication
- Adopter une démarche de développement personnel

PROGRAMME

Moi & Moi

- Identifier l'impact de sa communication
- Se définir : points forts et axes de progrès
- Comment être encore meilleur
- Prendre en compte ses émotions et ses croyances

Moi & Autrui

- Renforcer son écoute
- Travailler son empathie
- Identifier Faits/Opinions/Sentiments
- Formuler une demande et exprimer un refus
- S'affirmer dans les situations difficiles



820 €HT
par personne



3 à 6
participants



2 jours



Planification 2 à 3 jours par mois
sur réservation

N° déclaration d'activité
72 33 000 12 33
SIRET – 781843073
NAF – 8532Z
N° Qualiopi – 8575624

INFORMATIONS ET INSCRIPTION

Agnès VEDRENNE www.formation-maisonindustrie.com
a.vedrenne@afpiso.com
06 81 65 35 43

Valérie VOLEAU
v.voleau@afpiso.com
06 85 70 62 67