

CONNAITRE ET VALORISER L'IMAGE DE SOI

Objectifs

Connaître sa façon d'agir et d'être en relation.
Renforcer les relations de coopération.
Favoriser la confiance. Dépasser les comportements rigides, sources de mésentente et d'inefficacité dans l'équipe de travail. Évaluer ses capacités pour mieux développer ses compétences personnelles.

Public/pré-requis

Managers de proximité, aux maîtrise ou techniciens, et aux assistantes.

Méthodes et supports pédagogiques

Entretiens individuels en interaction avec le consultant

Qualification des intervenants

Formateur expert dans ce domaine de compétences

Modalités d'Organisation – d'Evaluation

Formation présentielle

Evaluation en fin de formation :

- Questionnaire de satisfaction
- Evaluation de l'atteinte des objectifs par le formateur ; (Quizz, mini études de cas)

Validation : Attestation de stage

Effectif

Min 3 / Maxi 12 participants

Lieu

CCIM-FORMATION
ZI Manhity
97232 Lamentin

Intervenant

CCIM-FORMATION

PROGRAMME

Développer la connaissance de soi-même et des autres

Connaître et comprendre ses comportements face aux autres. Identifier l'image que l'on renvoie aux autres. Prendre conscience des sentiments des autres à son égard. Valoriser ses qualités.

Développer des relations de travail confiantes.

Agir sur les leviers de la confiance.
Favoriser une atmosphère d'ouverture et de sincérité.
Exprimer son ressenti émotionnel.
Valoriser les différences avec les autres.

Augmenter sa détermination personnelle

Identifier ses véritables responsabilités dans une situation.
Savoir choisir plutôt que subir.
S'impliquer selon son choix.

Développer la confiance en soi

Développer l'estime de soi.
Dépasser ses rigidités personnelles. Identifier ses besoins et développer sa spontanéité.

S'approprier et utiliser la méthode au quotidien **Utiliser le "parler vrai".**

Mettre en œuvre les acquis au fil de la formation.
Identifier les bénéfices de la formation pour soi.

COÛT

1 060 €

Renseignements et Inscriptions :
CCIM-FORMATION

Tél : 0596 42 78 78 - Fax : 0596 50 19 05

E-mail : formation@martinique.cci.fr