

Prérequis :

Savoir communiquer en langue française (lire, écrire, parler).
Maîtriser les savoirs de base : lecture, écriture, calculs simples.

Personne en situation de handicap :

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap.
Contacter notre référent handicap à l'inscription pour étudier les moyens d'accompagnement.

Durée : 14 heures

Public :

La formation s'adresse à toute personne désirant analyser sa capacité à communiquer et à s'affirmer

Modalité : Présentiel

Evaluation des acquis :

Evaluation des acquis en continu par auto-examen

Evaluation de la satisfaction:

Enquête de satisfaction du stagiaire

Sanction visée :

Certificat de réalisation

Accès à la formation :

Selon le dispositif d'accès à la prestation, ces modalités peuvent comporter une ou plusieurs des étapes suivantes de façon à définir le parcours le plus adapté (parcours standard, raccourci, renforcé) :

- information individuelle ou collective,
- dossier de demande de formation,
- identification, voire évaluation des acquis,
- entretien individuel de conseil en formation

Moyens pédagogiques :

Théorie en salle et mise en situation avec des outils numériques

Référence AFPI : TER-06-003

Indicateurs 2023 :

Le taux de satisfaction de cette formation s'élève à 97 % en 2023.

(Données recueillies auprès de 10 stagiaires)

OBJECTIFS

Identifier ses forces et ses faiblesses, faciliter le développement personnel et professionnel, analyser sa capacité à communiquer et à s'affirmer, acquérir les outils pour avoir confiance.

PROGRAMME DE FORMATION

- Définir ensemble ce qu'est l'affirmation de soi par l'autodiagnostic des comportements
- Reconnaître les attitudes et les manières d'être :
 - ↳ Attitudes assertives
 - ↳ L'importance du non verbal
 - ↳ Les positions de vie
 - ↳ Les pilotes clandestins
- S'affirmer dans ses droits, dans l'écoute :
 - ↳ L'écoute active
 - ↳ Les signes de reconnaissance
- S'exprimer :
 - ↳ Exprimer un message positif
 - ↳ Prendre sa place dans une relation de communication

DEBOUCHES

Néant

PASSERELLES

Néant