

Bien se connaître pour mieux travailler avec les autres

Oser être soi-même avec ses atouts et ses faiblesses

540 Euros

Salariés : prise en charge possible par les organismes de financement de formation (O.P.C.O. Opérateur de Compétences). **Pour les tarifs préférentiels Artisan ou conjoint-collaborateur, nous contacter.**

Indicateur de performance

La note globale de satisfaction est de **80 sur 100** (à l'issue des enquêtes à 10 jours et 2 mois).

Prérequis

Pour de meilleurs résultats, il est conseillé d'avoir suivi la formation «Gérer son stress et ses priorités»

Durée et horaires

3 jours (21 heures)

de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Dates de la formation

Les mardis 20,27/10 et 03/11 2020

Objectif général

Apprendre à accepter sa différence avec l'autre et la transformer positivement. Développer un climat de confiance dans ses relations.

Objectifs Pédagogiques

- Diagnostiquer ses comportements habituels et leurs impacts.
- Déterminer la ou les méthodes adaptées pour s'affirmer.
- Etablir un plan d'actions personnel pour positiver sa relation avec l'autre.

Délai d'accès

Un à soixante jours entre la demande d'inscription et l'entrée en formation. Ce délai varie en fonction du financement mobilisé et du délai d'accord de prise en charge.

Renseignements inscription

Pour en savoir plus, contactez

vos conseillers au **02 47 25 24 36**

1^{ère} journée

Les freins à l'affirmation de soi

- Croyance - peur - jugement - superstitions.
- Les attitudes.

Les différents comportements humains face aux sollicitations relationnelles

- Agressivité.
- Passivité.
- Manipulation.
- Assertivité.

2^{ème} journée

L'affirmation de soi

- Oser formuler des demandes claires.
- Savoir dire non et négocier.
- Exprimer ses sentiments et ressentis.
- Exposer clairement son opinion.

3^{ème} journée

Affirmation de soi

- Développer son esprit d'à-propos.
- Faire valoir ses résultats.

L'assertivité dans l'entreprise

- Gestion des conflits.
- Développement du comportement gagnant/gagnant.

Lieu de la formation

CMA37 : 36-42 Route de Saint-Avertin - CS 50412- 37204 TOURS CEDEX

N° de déclaration d'existence : 24-37PO-01237- N°SIRET : 1837 0002 000013

Email : formation-continue@cm-tours.fr - site internet : www.cma37.fr/article/se-former

Département Formation Continue

Chambre de Métiers et de l'Artisanat d'Indre-et-Loire

Gilles BARNERIAS et Annick MASSINA



INDRE-ET-LOIRE

Bien se connaître pour mieux travailler avec les autres

Oser être soi-même avec ses atouts et ses faiblesses



La CMA37 s'est dotée d'une capacité à étudier au cas par cas les besoins spécifiques des candidats qui voudront postuler à une formation afin de mobiliser les moyens nécessaires pour compenser les conséquences d'un handicap.

Méthode et moyens pédagogiques

Pédagogie active et ludique : formation pratique qui alterne des études de cas réels, des simulations et des entraînements aux méthodes de motivation. Certains exercices peuvent être filmés - identification pour chaque participant des points forts et des axes de travail.

Documents remis

Un support de cours sur les outils et les méthodes est remis à chaque participant.

Public

Chefs d'entreprise (artisans, commerçants, ...), conjoints, salariés ...

Nombre de participants

8 à 10 stagiaires

Dispositif d'informations et de positionnement des stagiaires

Un entretien **individuel est proposé** pour évaluer le besoin du stagiaire et l'orienter sur un parcours formation adapté.

Il est remis à chaque futur stagiaire **un programme détaillé**, les dates, les conditions financières de la formation, un bulletin d'inscription ou une convention de stage.

Un **questionnaire est complété** en amont pour chaque futur stagiaire, pour identifier son parcours passé, définir son objectif, positionner ses attentes afin de personnaliser et individualiser la formation. Ce questionnaire est ensuite confié au formateur. Toute information demandée à un stagiaire a un lien direct avec la formation et **reste confidentielle**.

Prise en compte de l'appréciation des stagiaires

Une **boîte de réclamations suggestions** est à la disposition de tous les visiteurs, à l'accueil général de la CMA 37.

Lors de la dernière séance de la formation il sera demandé à chaque stagiaire de compléter **une enquête de satisfaction** sur le déroulement de la formation. Avec l'appui externe de la société **Formaeva un questionnaire à « chaud »** est envoyé dans les 10 jours **puis un questionnaire à « froid »** dans les 2 mois après la formation.

Evaluation des acquis de la formation

A la fin de la formation il est remis **une attestation** pour mesurer l'atteinte des objectifs pédagogiques, formulés en terme de « être capable de ». Elle **mesure les capacités développées en formation**, qui pourront être mises en oeuvre dans une situation sociale ou professionnelle, en fonction de l'environnement de l'entreprise. Cette évaluation est élaborée par le formateur à partir des situations pédagogiques utilisées et impliquant le stagiaire.

Suivi Post Formation

Un suivi individuel peut être proposé.

Le formateur intervient pour vous aider à mettre en place les outils et les méthodes étudiés. Le coût supplémentaire est facturé directement à l'entreprise (devis à demander).

Bilan Pédagogique du stage

Le formateur établit un bilan pédagogique synthétique qui est transmis pour validation au responsable du service ou au coordinateur pédagogique.

Formateur

Marie-José CHEVEREAU :

Responsable en entreprise d'un service administratif et commercial, en 2011 elle complète son parcours avec une formation et un titre de « formateur pour adulte » ; depuis 2013 elle met son expérience en création- gestion d'entreprise et en développement personnel au service de la formation professionnelle.

Renseignements inscription

Pour en savoir plus, contactez

vos conseillers au **02 47 25 24 36**

Lieu de la formation

CMA37 : 36-42 Route de Saint-Avertin - CS 50412- 37204 TOURS CEDEX

N° de déclaration d'existence : 24-37PO-01237- N°SIRET : 1837 0002 000013

Email : formation-continue@cm-tours.fr - site internet : www.cma37.fr/article/se-former

Département Formation Continue
Chambre de Métiers et de l'Artisanat d'Indre-et-Loire
Gilles BARNERIAS et Annick MASSINA

