



Communication efficace et assertivité

Tél. 06 29 79 30 17
contact@career-consulting.fr
www.career-consulting.fr

Durée	Prix	Modalités
1 jour / 7 heures	400€ net de taxe	en présentiel ou à distance

Public

Toute personne désireuse de renforcer son aisance à l'oral dans le champ professionnel.

Prérequis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

Objectifs

A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de :

- comprendre et poser les bases de l'assertivité ;
- renforcer l'affirmation de soi.

Niveau d'expertise

Fondamentaux

Programme détaillé

Devenir plus assertif.ve

- comprendre ses habitudes de comportements dominantes ;
- identifier les comportements non assertifs et en comprendre les risques ;
- connaître les besoins de l'être humain ;
- oser l'assertivité ;
- identifier les leviers d'une communication efficace ;
 - maîtriser certaines astuces ;
 - l'écoute active et la reformulation ;
 - feedbacks constructifs ;
 - les principes de la communication non violente ;
 - les 3 P.

Transfert

Mettez en œuvre les compétences acquises et vos engagements dans le contexte professionnel et bénéficiez du coup de main du formateur pour être guidé et soutenu si besoin.

Moyens et méthodes pédagogiques

- acquisition des compétences par la pratique et l'expérimentation ;
- apprentissage collaboratif ;
- parcours d'apprentissage en plusieurs temps pour permettre le transfert ;
- approche ludique et interactive pour favoriser l'engagement du participant et un meilleur ancrage des enseignements.
- accompagnement à distance : si problème de connexion, l'équipe est joignable au numéro indiqué pour une assistance individuelle.

Modalités Évaluation

- l'évaluation des acquis est réalisée tout au long de la session à travers des cas pratiques et de multiples exercices tout au long de la formation et des quiz d'auto-évaluation seront proposés ;
- à l'issue de la formation un questionnaire d'évaluation à chaud en ligne est à remplir ;
- à 3 mois, un questionnaire est transmis pour valider le transfert de vos acquis dans le contexte professionnel.

La formation est sanctionnée par une attestation individuelle de formation, s'appuyant sur le suivi des présences.

Formateur

Raphaëlle Colombet

Coache professionnelle

Dates

• Vendredi 16 janvier – Présentiel, à Aubagne	• Jeudi 19 mars – Présentiel, à Aubagne
• Lundi 16 février – à distance	• Mardi 7 avril – à distance

Horaires : 9h – 12h / 13h30 – 16h30

Lieu : Centre d'affaires Alta Rocca, Bâtiment A 1120 route de Gémenos 13400 Aubagne ;

Délai d'accès : Dès réception de la demande d'information, prise de contact avec le responsable sous 24h/48h pour vérifier la faisabilité du projet ;

Modalités d'accès : Dès réception de la convention signée et validation du financement, le candidat sera contacté par un conseiller en évolution professionnelle expert dans un délai de 7 jours pour démarrer l'accompagnement.

Formation à distance : Les stagiaires doivent avoir un PC avec une webcam et une connexion internet suffisante pour suivre la formation.

Si votre situation nécessite des aménagements particuliers, contactez-nous.



Contact :

Career Consulting

Raphaëlle Colombet

Mail : contact@career-consulting.fr

Career Consulting en chiffres

Le centre a à ce jour dispensé 1 formation, cette formation faisant nouvellement partie de l'offre de formation. La stagiaire a été entièrement satisfaite (note : 10/10).

Career Consulting – Siège social : 345, rue de la fontaine 13119 Saint-Savournin -
Tél : 06 29 79 30 17 – contact@career-consulting.fr
Siret 52178222700016 APE 8559A – N° Agrément DRFP 93131400113