

Ensemble Vers Votre Solution

FICHE FORMATION

TITRE : ATELIER APPRENANT N°18 : L'AUDACE C'EST SENSASS !

Développer la confiance en soi et en ses talents

| | | | |
|---|--|---|---|
| <p>ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE : Une équipe de formateurs experts ayant tous une expérience significative de management et partageant les mêmes valeurs répartis géographiquement sur la France.</p> <p>https://www.partners-cse.fr/nos-consultants/</p> | | | |
| <p>Objectifs</p> <p>Oser s'affirmer pour optimiser son potentiel</p> | | | |
| <p>Suite logique</p> | | | |
| <p>Compétences travaillées</p> <p>Être capable de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • S'affirmer dans un groupe ou face à une autorité • Développer la confiance en soi et en les autres • Prendre conscience de ses croyances limitantes | | | <p>Public</p> <p>Toute personne animant des réunions</p> |
| <p>Pédagogie</p> <p>Alternance d'apports théoriques et de mise en pratique. Étude de cas et situations concrètes des participants</p> | <p>Durée</p> <p>Atelier de 3h30</p> | <p>Format</p> <p>Présentiel ou distanciel Maximum groupe = 6 personnes</p> | <p>Validation des acquis</p> <p>Test de connaissance (QCU) Attestation de fin de formation</p> |
| <p>Les supports d'ingénierie pédagogique et technologie pédagogique</p> <p>Livret stagiaire</p> <p>1 Support de présentation qui reprend les éléments théoriques</p> <p>Formation en distanciel à partir de la plateforme Zoom</p> | | | |

PROGRAMME (grandes lignes)

Une demi-journée structurée en 5 séquences :

- **Introduction sur la thématique**

Appréhender la notion d'audace à travers sa relation à l'autre et au regard des autres

- **Qu'est-ce que l'estime de soi / la confiance en soi / l'affirmation de soi ?**

Explorer les notions de confiance, estime et affirmation de soi avec une vidéo
Repérer les croyances limitantes

- **Comment je gagne en confiance en moi et en donne à l'autre ?**

Expérimenter les mécanismes de la confiance
Savoir utiliser les ingrédients de Paul Zak pour générer de la confiance au sein de son équipe

- **Savez-vous vous affirmer ?**

Identifier ses ressources, ses talents, ses forces, ses capacités, ses dons pour développer la confiance en soi et l'affirmation de soi

En binôme : savoir mettre en place un plan d'action pour s'affirmer durablement

- **Évaluation des acquis de la formation**

Les apports de cet atelier
Ce que je vais mettre à profit dans mon équipe