



LIEU DE LA FORMATION

AU SEIN DE L'ENTREPRISE OU DANS NOS LOCAUX

PUBLIC CONCERNÉ

Salariés, individuels

PRÉ-REQUIS

Aucun

DÉBUT DE LA FORMATION

Tout au long de l'année

DÉTAILS DATE DE LA FORMATION

de 7 à 28 heures

MODALITÉS DE FINANCEMENT

Plan de développement des compétences

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Prévenir les risques psychosociaux dans l'entreprise
Préserver son capital santé dans son environnement professionnel.
Acquérir les outils et développer les compétences pour construire des relations sereines, harmonieuses, durables pour chacun.
Favoriser le travail en équipe et la communication interpersonnelle.

CONTENU DE LA FORMATION

Module 1 : 7h à 14h

Développer ses compétences comportementales (Soft skills)
Comprendre ses mécanismes émotionnels et relationnels, gagner en estime de soi et confiance en soi pour mieux se réaliser au travail, s'ouvrir à soi et aux autres.

Module 2 : 7h à 14h

La communication interpersonnelle : Clé du succès dans les relations humaines.
Transformer nos habitudes relationnelles, acquérir des outils concrets de communication pour adopter une communication claire, ouverte et constructive

Module 3 : 7h (pré requis avoir suivi le module 1 et/ou 2)

Renforcer la connaissance de soi dans le contexte professionnel.

Comprendre et contrôler son stress.

Connaître les méthodes de gestion des émotions, savoir prendre du recul.

Gérer les situations difficiles et savoir y faire face.

Option : photo expression: méthode qui a pour but de valoriser l'estime de soi, de se réconcilier avec son image, et de s'accepter tel que l'on est à travers la photographie.

CONDITIONS DE FORMATION

Formation en intra ou inter entreprise

Prix : 1100€/jour pour un groupe en intra

Groupe en inter : nous consulter

Pour les formules : nous consulter

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Attestation de fin de formation. Attestation des acquis. Enquête de satisfaction de fin de formation auprès des participants. Réalisation d'un bilan de fin de formation

PROFIL DES INTERVENANTS

Formateurs expérimentés du réseau des Greta :

Coach professionnelle certifiée RNCP et photographe professionnel.

VOS CONSEILLERS DE L'AGENCE DE DORDOGNE

Sophie FERRAGGI
Conseillère en Formation
Professionnelle
sophie.ferraggi@greta-cfa-
aquitaine.fr
05 53 02 75 02
06 30 52 75 43

Séverine AUDEBERT
Assistante Commerciale
pole.commercialisation24@greta-
cfa-aquitaine.fr
05 53 02 17 69
06 30 52 77 49