Laho
TERRE DE FORMATIONS
CCI HAUTS-DE-FRANCE

RH, MANAGEMENT, ENTREPRENEURIAT

FORMATION INTER-ENTREPRISES *

4 jours

S'affirmer en milieu professionnel - Approfondissement

à partir de 1300 € net de taxe par participant

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Développer sa confiance en soi
- Maintenir des relations positives même dans les situations délicates
- Se positionner clairement vis-à-vis des différents acteurs de la vie professionnelle et personnelle

PUBLIC VISÉ

Tout public

PRÉ-REQUIS

Sans niveau spécifique

AIDES AU FINANCEMENT **

Cap Emploi
Opérateurs de Compétences (OPCO)
France Travail
Entreprise

*** sous conditions*

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

100 % présentiel
Mix-learning

MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Mise en situation
Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Processus d'évaluation des acquis tout au long de la formation
Evaluation de fin de formation individuelle par le formateur

MODALITÉS D'ACCÈS

Bulletin d'inscription

ACCESSIBILITÉ ET HANDICAP

Contactez-nous

** Toutes nos formations sont possibles en INTRA-ENTREPRISE (devis sur demande).*

97%
Taux de satisfaction en 2025

Document généré le 01/11/2026

Retrouvez toutes les informations sur
laho-formation.fr
N° Vert 0 805 384 384

FORMATION INTER-ENTREPRISES *

S'affirmer en milieu professionnel - Approfondissement

4 jours

PROGRAMME DE LA FORMATION

Découpage par demi-journée :

1. Appréhender la situation actuelle
- Quelles sont les notions que j'ai encore en mémoire depuis le module 1 ?
- Où j'en suis avec mon affirmation de soi ?
- Quelles situations me semblent difficiles à gérer aujourd'hui ?

2. Rappel du fonctionnement humain
- Les jeux relationnels pour identifier les différents modules d'intervention pour conforter son "assertivité" dans le quotidien

3. Rappel du fonctionnement humain (suite)
- Entraînement au repérage des jeux relationnels chez moi et chez les autres

4. Rappel du fonctionnement humain (suite)
- Comprendre l'origine des jeux relationnels et leurs enjeux

5. Comment les déjouer et instaurer des relations de respect mutuel
- S'ancrer dans le principe de réalité
- Installer une discipline personnelle pour aborder de façon sereine et objective les situations de communication les plus délicates

6. Comment les déjouer et instaurer des relations de respect mutuel (suite)
- Optimiser sa relation à l'autre
- Aménager un environnement favorable aux relations assertives

7. Savoir gérer les situations relationnelles délicates voire conflictuelles
- Trouver des solutions à gains multiples

8. Mises en situation

CETTE FORMATION EST PROPOSÉE DANS NOTRE CENTRE DE :

LENS

Session 1 : 7, 14, 21 et 28 septembre 2027