

# OFFRE DE FORMATION

DUREE : 2 JOURS

POUR QUI ?

Tout public

MODALITE DE LA FORMATION :

En présentiel

En distanciel

MODALITES D'EVALUATION :

Evaluation continue durant la formation. Mises en situations, jeux de rôles et exercices tout au long de la session

PRIX DE LA FORMATION :

Formation sur mesure, tarif sur devis

ACCESSIBILITE AUX PSH :

Pour les personnes porteuses de handicap, n'hésitez à nous contacter pour échanger ensemble

LIEU DE LA FORMATION :

A définir avec le client

CONTACT :

Véronique Bertot-Belaloui  
0652016367  
vbblyon.coaching@gmail.com

Intitulé : Développer sa confiance en soi et son estime de soi

Intervenant : BERTOT BELALOUI VERONIQUE

PREREQUIS

Aucun

OBJECTIFS GENERAUX

Mieux se connaître pour être soi-même et assumer sa personnalité  
Prendre conscience de ses atouts pour développer son estime de soi  
Etre à l'aise et tisser des relations de confiance en toutes circonstances

MODALITES PEDAGOGIQUES

Support Powerpoint. Apports théoriques alternant avec les échanges interpersonnels. De nombreux exercices, jeux de rôles et mises en situations accompagnent les apports théoriques. Les cas pratiques sont basés sur les problématiques individuelles des participants. La formation est donc personnalisée. Chaque participant repart avec un plan d'actions daté

PROGRAMME

- 1/ Définition
- 2/ Etat des lieux
- 3/ Apprendre à se connaître
- 4/ Faire bouger les lignes pour devenir confiant
- 5/ Oser et se lancer
- 6/ Conclusion

La formation est dispensée toute l'année, contactez-moi pour envisager la période la plus propice pour vous et vos équipes