

## --- Module BEDP1 : Affirmation de soi-----

### Objectifs pédagogiques

- Se connaître pour mieux avoir confiance en soi
- Oser faire, oser dire
- Développer l'estime de soi dans le monde du travail
- Exprimer ses qualités

### Contenu de la formation (progression pédagogique – modules)

- **L'estime de soi**  
Définition de l'estime de soi  
Faire le point sur soi même  
Vision positive de l'avenir
- **Développer sa confiance**  
Qui êtes-vous au sein de l'entreprise  
Réaliser un projet, le contrôler, le maîtriser et le réussir
- **Développer des bonnes relations de travail**  
S'affirmer sans étouffer les autres  
L'importance du non verbal dans les relations de travail

#### Durée

2 jours (14h)

#### Ressources

**Formateur** : Xavier ROBE

#### Suivi de l'exécution et évaluation des résultats :

- Feuille de présence
- Questions orales ou écrites (QCM)
- Mises en situation
- Formulaires d'évaluation de la formation

#### Ressources techniques et pédagogiques

- Accueil des stagiaires en salle dédiée
- Livret pédagogique
- Documents supports projetés
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Jeux de rôle
- Quizz en salle
- Mise à disposition en ligne de support et document de formation

	Dans votre entreprise Groupe de 12 maximum
<b>790 € HT</b>	<b>3 250 € HT</b>

### Profils des stagiaires

A l'issue de la formation, le stagiaire a compris toute la nécessité de s'approprier la confiance en soi. Il a amélioré son efficacité relationnelle.

- **Public** : Tout public
- **Prérequis** : Volonté de s'impliquer durablement

