

Affirmation de soi

Financement

Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et contact

CENTRE DE FORMATION DE LA
CCI DE LA CREUSE
FAYARD Laurence, Conseillère
Formation
05.55.51.96.68
lfayard@creuse.cci.fr

Accès à la formation

Publics visés :

Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salaré(e)
Actif(ve) non salarié(e)

Sélection :

Entretien

Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

Conditions d'accès :

-

Prérequis pédagogiques :

Maîtrise des savoirs de base

Contrat de
professionnalisation
possible ?

Non

Objectif de la formation

Mettre en œuvre des techniques permettant de s'affirmer dans le respect de son interlocuteur et se sentir ainsi plus autonome

Contenu et modalités d'organisation

Comprendre l'affirmation de soi Définir les 4 grands types de comportement (fuite/attaque/manipulation/assertivité) Se situer dans la relation à l'autre Cerner ses atouts et ses axes de progrès S'affirmer par un comportement assertif Savoir exprimer son émotion juste Donner et accepter les signes de reconnaissance Savoir dire non Formuler clairement ses demandes Gérer des situations difficiles Savoir lâcher prise Utiliser la visualisation positive Se fixer des objectifs d'évolution

Parcours de formation personnalisable ? Oui Type de parcours Non renseigné

Validation(s) Visée(s)

> Attestation de fin de formation

Et après ?

Suite de parcours

Non renseigné

Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00185155	du 11/03/2021 au 12/03/2021	Limoges (87)	CENTRE DE FORMATION DE LA CCI DE LA CREUSE		Non éligible	FPC
00268420	du 04/04/2022 au 05/04/2022	Limoges (87)	CENTRE DE FORMATION DE LA CCI DE LA CREUSE		Non éligible	FPC
00268426	du 10/10/2022 au 11/10/2022	Limoges (87)	CENTRE DE FORMATION DE LA CCI DE LA CREUSE		Non éligible	FPC

00268427du 21/11/2022 au
22/11/2022

Limoges (87)

**CENTRE DE
FORMATION DE LA
CCI DE LA CREUSE**Non
éligible**00439753**du 09/04/2024 au
10/04/2024

Limoges (87)

**CENTRE DE
FORMATION DE LA
CCI DE LA CREUSE**Non
éligible**00439754**du 26/11/2024 au
27/11/2024

Limoges (87)

**CENTRE DE
FORMATION DE LA
CCI DE LA CREUSE**Non
éligible**00579494**du 20/03/2025 au
21/03/2025

Limoges (87)

**CENTRE DE
FORMATION DE LA
CCI DE LA CREUSE**Non
éligible**00579495**du 24/11/2025 au
25/11/2025

Limoges (87)

**CENTRE DE
FORMATION DE LA
CCI DE LA CREUSE**Non
éligible