



Formations Transversales → Efficacité professionnelle

Les Ateliers MB Formation

Pour accompagner les trajectoires publiques

ÊTRE À L'AISE DANS SES RELATIONS

30 juin-1er juillet 2008 / 20-21 octobre 2008

Informations et inscriptions

Virginie Thevenin

Tél. 01 55 33 53 92

Mail : ateliers@mbformation.com

ATELIER «ÊTRE À L'AISE DANS SES RELATIONS»

PROGRAMME

Cette formation apporte des réponses concrètes sur la façon d'améliorer ses relations avec les autres tout en osant exprimer facilement son avis. Elle est « orientée solutions », c'est-à-dire, tournée sur le « comment faire » (en s'appuyant sur les ressources existantes) et non sur le « pourquoi » (qui appuierait sur les carences).

PUBLIC

Toute personne souhaitant acquérir les outils pratiques pour développer des compétences relationnelles et dépasser les situations délicates.

OBJECTIFS

- 1 - Maîtriser les principes de bases de la communication
- 2 - Mieux se connaître et connaître le fonctionnement des autres
- 3 - Découvrir l'attitude d'affirmation de soi
- 4 - Se positionner dans un groupe
- 5 - Analyser et dépasser les facteurs de stress

CONTENU

- ✓ Les dimensions de la communication
- ✓ Les quatre types d'attitudes
- ✓ Les différentes postures mentales (état d'esprit)
- ✓ Connaissance et apprentissage de la gestion des émotions
- ✓ S'exprimer avec affirmation au sein d'un groupe de travail

LES + DE CET ATELIER

- ✓ Alternance d'apports théoriques de la formatrice et d'exemples vécus par les participants
- ✓ Auto-diagnostic
- ✓ Mises en situation

CET ATELIER RESPECTE LES RÈGLES DE

- **Respect** des participants, de ce qu'ils expriment et de leurs limites personnelles. Il n'y a pas d'obligation, à tout moment un participant peut exprimer le souhait de ne pas participer à un exercice.
- **Confidentialité** de tous les échanges : les participants s'engagent à ne pas divulguer ce qui peut être dit ou vécu au sein de l'Atelier.
- **Ecoute** : ces Ateliers sont des lieux qui privilégient l'écoute et une attention particulière à chacun.
- **Neutralité** : le formateur veille à ce qu'aucun jugement ne soit porté.

En participant à cet Atelier vous vous engagez à respecter ces 4 règles.

INTERVENANTE

Cet Atelier est animé par une consultante-coach en développement des Ressources Humaines, Management et gestion du stress, spécialiste des organisations publiques et para-publiques.

DATES ET HORAIRES

Cet Atelier se tiendra sur 2 journées. 2 sessions au choix :
30 juin-1er juillet ou 20-21 octobre 2008

LIEU

Cet Atelier se déroulera à Paris, dans nos locaux :
5 rue Cadet à Paris (9e arrondissement)

Accès : au cœur de Paris, à proximité des gares du Nord, de l'Est et Saint-Lazare.

RER : Gare du Nord – Lignes B et D

Bus : n° 26, 32, 42, 43, 49

Métro : Cadet (ligne 7) / Grands Boulevards (lignes 8 et 9)

Notre-Dame de Lorette (ligne 12)

Plan d'accès à nos locaux disponible sur demande.

TARIF

2 jours : 970 €HT



BULLETIN D'INSCRIPTION

EMPLOYEUR

Organisme :

Service gestionnaire :

Nom de l'interlocuteur :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Téléphone :

Fax :

Adresse e-mail :@.....

IDENTITÉ DU STAGIAIRE

Mme, Mlle, M., : Prénom.....

Adresse personnelle :

Code Postal : Ville :

Téléphone :

Fax :

Adresse e-mail personnelle :@.....

Adresse e-mail professionnelle :@.....

Fonction occupée :

Service :

Inscrit l'agent ci-dessus désigné à l'Atelier :

Être à l'aise dans ses relations :

30 juin-1er juillet 2008 / 20-21 octobre 2008

MB Formation, organisme de formation agréé, vous adressera une convention de formation en double exemplaire. Votre facture vous sera envoyée une fois la prestation effectuée. Ce bulletin d'inscription vaut bon de commande. Toute inscription annulée entraîne le remboursement des frais engagés par MB Formation, soit : pour une annulation 21 jours et plus avant le début de la formation : 30% du coût du stage ; pour une annulation moins de 21 jours avant : la totalité du coût du stage.

Nom et fonction du signataire décisionnaire :

Date, signature et cachet :