



POSTURE PROFESSIONNELLE

La colère est-elle une ennemie ou une alliée dans la relation ?

Cette formation permet aux participants de comprendre leurs émotions pour apprendre à les maîtriser et les exprimer en se respectant et en respectant l'autre.

Objectifs :

- Prendre conscience des émotions vécues dans ce contexte où les repères bougent constamment
- Apprendre à les exprimer en se respectant et en respectant l'autre
- S'affirmer tout en écoutant leur colère et ses besoins

Contenu et déroulé pédagogique :

- Comprendre le rôle et le message des émotions
- Découvrir la notion de besoin et repérer ses propres besoins dans les situations professionnelles
- Apprendre à exprimer ses besoins : savoir dire non à l'autre et oui à ses propres besoins

Durée :

1 jour soit 7 heures

Prérequis :

Aucun

Accessibilité :

Professionnels

Bénévoles

Dirigeants

Modalités pédagogiques :

- Pédagogie par objectifs
- Echanges à partir des questionnements des participants
- Adaptation des contenus
- Livret pédagogique
- Supports pédagogiques variés : textes, vidéos...

Modalités d'évaluation et de suivi :

- Attestation de formation et bilan individuel délivrés à l'issue de la formation

Modalités et délai d'accès :

- Formation dans votre établissement
- Inscription auprès d'AGAP

Tarif :

Nous consulter

Contact(s) :

Hélène GIULIANO
Responsable formation
0366729030
helena.giuliano@agap-npdc.fr