



# Développez votre confiance en vous

## Mise en place d'actions personnalisées

**2 jours**

### Objectifs

**Prix : 1100 euros HT**

- Améliorer sa communication.
- Gagner en aisance et en crédibilité devant tous types d'interlocuteurs.
- Savoir s'affirmer devant des interlocuteurs difficiles.
- Savoir présenter ses projets et son travail de la manière la plus valorisante possible.
- Développer son charisme.

Cet atelier interactif est basé sur des mises en situation et le debrief d'un coach.

### Public

Tous publics

### Programme de la formation

**Par groupe de 8 personnes**

- 1. identifier les paramètres et les mécanismes de la confiance en soi tout en acquérant des réflexes simples.**
- 2. S'exprimer avec aisance et savoir convaincre.**
- 3. Savoir s'affirmer au travers de son langage corporel en adoptant une gestuelle positive.**
- 4. Développer sa confiance en soi tout en faisant preuve d'assertivité.**

### Le suivi

Cette formation est faite en groupe et peut être suivie d'entretiens individuels personnalisés pour des séances de coaching.