

Parcours Pro Relationnel

6 Jours
42 heures
484 €^{HT}/JOUR

3 FormAtout de 2 jours
soit 42 heures de formation

Ce parcours... accompagne ceux qui ressentent le besoin de gagner en confiance, de se sentir plus à l'aise avec les autres pour gagner en efficacité et en sérénité.



1 Communication constructive

Etablir des relations positives au travail

- ▶ Savoir faire le point sur son comportement
- ▶ Savoir dialoguer avec diplomatie et souplesse
- ▶ Savoir établir des attitudes positives au quotidien
- ▶ Savoir soutenir une position claire
- ▶ Savoir sortir des situations délicates

Dates 2012 **Paris**

- 26-27 janvier
- 15-16 mars
- 18-19 avril
- 14-15 mai
- 21-22 juin
- 25-26 juillet
- 24-25 septembre
- 24-25 octobre
- 21-22 novembre
- 13-14 décembre

PROGRAMME DÉTAILLÉ P. 69

2 Emotions et stress au travail

Réagir positivement en situation
de stress professionnel

- ▶ Savoir reconnaître le stress
- ▶ Savoir mieux connaître ses réactions
- ▶ Savoir analyser ses émotions
- ▶ Savoir s'affirmer en situation de stress
- ▶ Savoir prévenir le stress au quotidien

Dates 2012 **Paris**

- 4-5 avril
- 23-24 juillet
- 4-5 octobre
- 5-6 décembre

PROGRAMME DÉTAILLÉ P. 65

3 Confiance en soi

Se faire confiance,
faire confiance aux autres et réussir

- ▶ Savoir comprendre et affronter ses blocages
- ▶ Savoir s'autoriser à réussir
- ▶ Savoir faire confiance et s'ouvrir à l'autre
- ▶ Savoir développer des relations coopératives
- ▶ Savoir s'engager dans la spirale du succès

Dates 2012 **Paris**

- 21-22 mars
- 7-8 juin
- 27-28 septembre
- 19-20 novembre

PROGRAMME DÉTAILLÉ P. 66

Pour valider son parcours... et s'inscrire

- 1 Vous définissez dans quel ordre vous participez aux formations 2 et 3
- 2 Vous choisissez vos meilleures dates et le lieu de la formation
- 3 Vous réservez votre parcours auprès d'**Audrey au 01 53 20 44 46**
- 4 Vous nous faxez le Bulletin d'inscription Parcours page 99

Pour un conseil personnalisé

Catherine BOUCHEZ
est à votre écoute au
01 53 20 44 99