

# Activer sa Dynamique Positive pour un Mieux-Être Durable

SUR-MESURE

INTER ENTREPRISE

## Objectif de formation

À l'issue de cette formation, les participants maîtriseront les outils et les techniques pour initier et pérenniser une attitude positive et constructive propice à l'amélioration et à la facilitation des relations de travail.

## Programme

### Maîtriser les principes de la dynamique positive

Appréhender les fondamentaux de la dynamique positive  
Discerner les avantages et les limites d'une attitude positive dans le cadre des relations interpersonnelles  
Apprécier l'impact de la pensée positive au quotidien

### Savoir identifier ses forces et des talents

Maîtriser les techniques pour identifier ses forces et ses talents personnels  
Utiliser ses forces et qualités pour viser la performance optimale  
Renforcer ou développer des forces et des capacités

### Initier et pérenniser une communication positive

Déceler et surmonter les pensées négatives et les doutes  
Mettre en œuvre au quotidien les principes d'une communication positive dans les relations interpersonnelles  
Renforcer l'estime de soi et de la confiance en soi  
Initier un état d'esprit positif face aux défis et aux situations stressantes

### Mettre en œuvre la communication positive en se fixant des objectifs

Appliquer le processus de fixation d'objectifs réalistes et inspirants  
Expérimenter les techniques de prise de décision éclairée et positive  
Mettre en œuvre des stratégies pour maintenir la motivation à long terme et surmonter les obstacles qui se présentent  
Surmonter les obstacles et persévérer dans l'atteinte des objectifs

## Infos pratiques

### Type de formation

Formation continue

### Public cible

Formation destinée à toute personne souhaitant au quotidien initier des échanges constructifs en privilégiant l'optimisme et la résilience face aux défis.

### Durée

2 Jours dont 14 Heures en centre

### Tarif(s) net de taxe

800 € par stagiaire Tarif 2026

### Adresse

Morlaix - CCI Formation  
Aéroport,  
CS 27934,

29679 Morlaix

<https://cci-formation-bretagne.fr/finistere>



## Les points forts de la formation

- Une place très importante est réservée aux cas pratiques et aux mises en situation

# Les conditions d'admission

## Prérequis

Aucun pré-requis

# Le parcours de formation

## Objectifs pédagogiques

• Maîtriser les techniques pour initier et pérenniser une attitude constructive propice à l'amélioration et à la facilitation des relations de travail, • Savoir sans jugement identifier ses forces, ses talents et ses axes d'amélioration • Entraîner ses compétences par des exercices et techniques clés • Mettre en œuvre la communication positive en se fixant des objectifs. Formation destinée à toute personne souhaitant au quotidien initier des échanges constructifs en privilégiant l'optimisme et la résilience face aux défis

## ► PRÉSENTIEL

## Modalités d'évaluations

Dans le cadre de notre process qualité évaluation systématique des éléments acquis en fin de formation

## Modalités pédagogiques

Exercices de psychologie positive appliquée. Jeux d'intelligence émotionnelle et relationnelle (bases de la communication bienveillante)

Date et mise à jour des informations : 03/02/2026

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet [www.cci-formation-bretagne.fr](http://www.cci-formation-bretagne.fr)

## Les sessions



### Morlaix

- 07 - 08 décembre 2026 - La formation se déroule au Relecq-Kerhuon

## Contact



### LE GALL Carine

[formation.morlaix@bretagne-ouest.cci.bzh](mailto:formation.morlaix@bretagne-ouest.cci.bzh)

CCI Formation Morlaix - N° SIRET 13002293200094 - N° d'activité 53290897729  
Aéroport, CS 27934, - 29679 Morlaix

Tél. : 02.98.62.39.39 - [formation.morlaix@bretagne-ouest.cci.bzh](mailto:formation.morlaix@bretagne-ouest.cci.bzh) - <https://cci-formation-bretagne.fr/finistere>



### LE BRUN Nathalie

[formation.morlaix@bretagne-ouest.cci.bzh](mailto:formation.morlaix@bretagne-ouest.cci.bzh)



CCI FORMATION  
BRETAGNE