

# Mobiliser sa dynamique positive

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

### Maitriser 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 relation 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

760 € par stagiaire

### Adresse

**Brest - CIEL BRETAGNE**Rue du Gué Fleuri,  
B.P 35,

29480 Le Relecq Kerhuon

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

# 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

Formation participative : alternance d'exercices pratiques avec des apports méthodologiques et des réflexions de groupe à partir de situations vécues par les participants.

Date et mise à jour des informations : 08/01/2024

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



### Le Relecq Kerhuon

- 21-22 novembre 2024

## Contact



**DONARD Fabienne**

fabienne.donard@formation.bretagne-ouest.cci.bzh

CIEL BRETAGNE Brest - N° SIRET 183 500 040 00138 - N° d'activité 53290897729

Rue du Gué Fleuri, B.P 35, - 29480 Le Relecq Kerhuon

Tél. : 02 98 30 45 75 - [cielbretagne@formation.bretagne-ouest.cci.bzh](mailto:cielbretagne@formation.bretagne-ouest.cci.bzh) - <https://www.cci-formation-bretagne.fr/finistere>

