Familles rurales
Vivre mieux !
VENDÉE

FORMATION
Développer ses compétences

NEW

VIE D'ÉQUIPE : OSER ET SAVOIR DIRE "NON"

OBJECTIFS

A l'issue de cette formation, les participants seront capables :

- d'identifier ses propres besoins et ses limites ;
- d'utiliser le "non" sans culpabilité et de pouvoir faire comprendre son refus ;
- de passer de l'affectif à l'informatif, au factuel ;
- de ménager ses intérêts, ceux de ses collègues et de la structure.

CONTENU

Le "non" pour gagner en assurance et performance :

- réévaluer positivement son image de soi et connaître ses freins ;
- rationnaliser ses idées et comprendre ses motivations ;
- identifier les situations : les risques à dire "oui" et à dire "non"
- adopter les comportements qui facilitent la formulation et la réception d'un "non" ;

Le "non" constructif :

- garder une posture ouverte et autoriser les échanges ;
- rester attentif aux propositions sans s'enfermer dans le refus ;
- trouver des points d'entente communs ;
- être créatif et proposer des alternatives.

MODALITES TECHNIQUES ET PEDAGOGIQUES

- tour de table ou questionnaire de positionnement et attentes ;
- méthode pédagogique : autodiagnostic, exercices d'application ;
- évaluation (validation des objectifs) : mise en situation ;
- documents remis : aides mémoires, supports de formation.

SUIVI ET EVALUATION

- émargement par les stagiaires et intervenants ;
- positionnement en début et fin de formation ;
- questionnaire de satisfaction en ligne ;
- délivrance d'une attestation de fin de formation.

CONTACT FÉDÉRATION :

Pôle Formation : formation@famillesrurales85.org
02 51 44 37 92

LES DÉTAILS DE LA FORMATION

tout public ayant des difficultés à s'affirmer et à utiliser le "non"

de 6 à 16 personnes

aucun prérequis

1 jour de 7h,
soit 9h00 à 17h00

Coraline FONTENEAU
formatrice et coach d'équipe

Fédération Familles Rurales de Vendée (ou décentralisation en fonction des inscriptions)

jeudi 27 février 2025

réseau : 420€ net de TVA
hors réseau : 487 € net de TVA

Inscription possible jusqu'à 15 jours avant la 1ère date de formation.