



pour les **CRÉATEURS D'ENTREPRISE**,
cette formation est éligible au CPF

pour les **CRÉATEURS D'ENTREPRISE**
pour les **RESPONSABLES ASSOCIATIFS**
pour les **ANIMATEURS DE GROUPE**

Pour oser... créer... réussir : DÉVELOPPER LA CONFIANCE EN SOI

OBJECTIFS

Pour oser se lancer dans une activité créative, il est nécessaire de développer la confiance en soi.

Cette formation accompagnera votre énergie créative pour identifier et traiter :

- vos désirs et vos projets, personnels et professionnels, et vérifier leur cohérence et leur synergie ;
- vos talents et ressources intérieures et en faire le socle de votre action ;
- vos peurs et interrogations, votre stress et les transformer en protection et motivation pour agir ;
- vos limites et vos obstacles et envisager comment desserrer vos freins.

CONTENUS

Le contenu de la formation s'adaptera au plus près de vos besoins, en fonction de votre aptitude et de vos freins à la confiance en soi, et de la manière dont vous pouvez mobiliser vos ressources intérieures pour réussir. La démarche formative d'accompagnement abordera :

1. UNE RELECTURE DE VOTRE ÉVOLUTION personnelle et professionnelle

- débriefing de VOTRE histoire personnelle et professionnelle
- décodage de ce vous avez appris de vos réussites et de vos échecs
- évaluation de l'évolution de votre confiance en vous dans les étapes de votre histoire

2. UNE EXPLORATION DE VOS ATOUTS ET DE VOS FREINS

- identifier vos ressources intérieures et de votre manière de les mobiliser
- nommer vos limites/freins/obstacles au développement de la confiance en vous et la manière de les transformer

3. UNE RÉGULATION DE VOTRE POTENTIEL ÉMOTIONNEL

- mobiliser vos énergies créatrices
- canaliser vos émotions
- transformer les peurs et le stress en motivation de protection et de progrès.

POINTS FORTS

- un accompagnement personnalisé au plus près de vos besoins
- une qualité d'écoute active sans jugement pour valoriser votre potentiel
- un soutien pour décoder les causes du stress et des épreuves, pour apprendre de vos erreurs et de vos échecs

RESULTATS ATTENDUS

Le développement de la confiance en soi vous permettra de vous sentir capable et détendu face aux enjeux personnels et professionnels de la mise en œuvre de vos projets.

Une meilleure affirmation de soi vous permettra d'être plus à l'aise dans vos relations avec les partenaires et les administrations et à ne pas vous laisser impressionner par la première déstabilisation.

Le travail sur vos difficultés personnelles permettra de lever les freins et d'éviter les découragements qui aboutissent souvent à l'abandon du projet.

ORGANISATION

→ **EN GROUPE** 12h de formation - Dates et lieu à préciser avec vous

→ **EN INDIVIDUEL** accompagnement-formation de 12h environ (possible en distanciel)
A la période qui vous convient - Entretien préalable nécessaire.
Contacter Marc THOMAS (voir coordonnées ci-dessous)

Tarif en groupe ou en individuel

éligibles au CPF ou Formation Professionnelle : 400€ - autres participants 200€
(en cas de difficulté financière, contactez-nous : une négociation est toujours possible)

CONTACT et INSCRIPTIONS : competences.relationnelles.974@gmail.com – 0693 419 662

Formateur : **Marc THOMAS**, Dirigeant de Compétences relationnelles Océan Indien
Site Internet : <https://competences-relationnelles.com/ocean-indien/>

Une communication bienveillante, à la fois constructive et efficace, est le socle fondamental sur lequel se construit une collaboration sereine et productive. Les responsables et chefs d'entreprise ont un rôle de premier plan pour instaurer et pérenniser ce climat de collaboration dans leur équipe.

L'expérience montre que la formation des responsables à cette communication bienveillante facilite leur positionnement de chefs et les relations avec leur personnel, assoit une autorité respectueuse et reconnue, améliore le bien-être et la motivation de leurs équipes.