Faites-vous confiance, osez

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 2001438F — Mise à jour : 6 février 2026

Organisme responsable : **CCI Finistère - ELO les langues**

Présentation de la formation

Objectifs

À l'issue de la formation, vous serez capable de vous affirmer plus aisément.

Objectif(s) pédagogique(s) :

- Développer l'estime de soi.
- S'affirmer positivement au quotidien.
- Vaincre les appréhensions.
- Développer des relations constructives

Programme

- Mieux se connaître pour mieux s’affirmer
- Repérer et éviter les trois comportements inefficaces
- S’entraîner à l’affirmation de soi
- Adopter une attitude responsable et autonome

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Sans niveau spécifique	**Sans niveau spécifique**

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2205022S	Présentiel	Le Relecq-Kerhuon	05/11/2026	06/11/2026

Source : GREF Bretagne #2001438F