Faites-vous confiance, osez !

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 25189745F — Mise à jour : 28 novembre 2025

Organisme responsable : **CCI35 - Faculté des métiers - Campus de Lorient**

Présentation de la formation

Objectifs

À l'issue de la formation vous serez capable de vous affirmer plus aisément
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
2139164S	Présentiel	Lorient	01/01/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #25189745F