

# 10 JOURS DU DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL

## Contenu Pédagogique

1. Attentes et objectifs. La confiance en soi: apprendre les outils de la confiance.
2. La demande : formuler une demande pour être entendu
3. Les signes de reconnaissance
4. L'empathie : écouter pour favoriser la relation.
5. Le refus : dire non d'une façon entendable par l'autre.
6. La critique réagir aux critiques en gardant son calme.
7. La prise de parole en public : être à l'aise en réunion, présentation et entretiens.
8. Le marketing de soi: se mettre en valeur d'une façon juste.
9. L'interdépendance: réussir dans l'interdépendance.
10. Le bilan et l'avenir: se fixer des objectifs pour réussir.

## Objectifs :

- Intégrer les outils du leadership pour évoluer professionnellement
- Améliorer sa communication professionnelle
- Mieux comprendre les relations et résoudre les conflits
- Redonner du sens et une ambition juste à votre travail

**Public :** Salariés, dirigeants et entrepreneurs, consultants, en pleine carrière et en transition.

**Prérequis :** aucun. **Evaluation :** Auto-évaluation orale et écrite

**Dates :** 29 nov 2019 - 13 déc 2019 - 17 jan 2020 - 7 fév 2020 - 13 mars 2020 - 24 avril 2020 - 29 mai 2020 - 26 juin 2020 - 11 sep 2020 - 2 oct 2020

- **Horaires :** 10h-13h30 et 14h-17h30
- **Durée :** 10 jours, soit 70 heures
- **Lieu :** 60 rue de Bellechasse, 75007 Paris

**Intervenante : Chine Lanzmann** a conçu et anime cette formation depuis plus de dix ans. Elle est l'auteure du Guide de l'auto-Coaching pour les Femmes et certifiée « experte » coach et consultante-formatrice auprès de l'organisme ICPF-PSI.

## Modalités pédagogiques :

- Explications théoriques illustrés par des exemples
- Exercices pratiques et mises en situation
- Document pédagogique : l'ouvrage, le "Guide de l'Auto-Coaching pour les Femmes", de Chine Lanzmann.

## Frais pédagogiques

- PARTICULIERS, PROF LIB, CONSULTANTS... : 2.200€ OU 220 € PAR MOIS
- ENTREPRISES : 3.600 € HT

**AVEC OPTION COACHING :** DIX SEANCES DE COACHING EN PLUS

- PARTICULIERS, PROF LIB, CONSULTANTS... : 4.000 € PAR AN OU 400 € PAR MOIS
- ENTREPRISES : 5.600 € HT

Formation Assertivité

SE METTRE  
EN VALEUR

LES 10 JOURS DU  
DÉVELOPPEMENT  
PROFESSIONNEL

AMÉLIORER  
SON IMPACT

Chine  
Lanzmann

60 rue de Bellechasse 75007  
www.chinelanzmann.com