



Formations pour les entreprises



La communication en Entreprises

2 jours ou
selon vos
besoins

Objectifs :

- Permettre aux participants(es) de saisir l'impact dans la relation professionnelle des émotions difficiles non identifiées et/ou non acceptées et de découvrir des moyens pour développer une meilleure gestion de celles-ci.
- Développer son intelligence émotionnelle et se servir des émotions pour optimiser sa communication.
- Gérer le stress, les peurs, les frustrations et oser en parler.
- Gérer les conflits personnels et professionnels avec ses collaborateurs, collègues ou supérieurs hiérarchiques.



La confiance en soi

2 jours ou
selon vos besoins

Objectifs :

- Comprendre les mécanismes de la confiance en soi et de l'estime de soi
- Identifier ses peurs, ses frustrations et ses besoins.
- Mettre en pratique un plan de développement de la confiance en soi
- D'où viennent les émotions et pourquoi elles existent ?
- Développer son intelligence émotionnelle et se servir des émotions pour optimiser sa
- Connaître ses mécanismes de défense, obstacles à la communication.

2 jours ou
selon vos besoins



La gestion des conflits

(Formation et/ou coaching)

- Qu'est-ce que le conflit ?
- L'influence positive du conflit
- L'influence négative du conflit
- Comment traiter un conflit
- La notion de responsabilité
- Le fonctionnement psychique
- Le mouvement des émotions



Coaching Professionnel individuel

Chef d'entreprise, cadre, occupant d'un poste à responsabilité, le coaching individuel s'adresse à vous.

Vous êtes souvent seul à prendre des décisions déterminantes pour votre entreprise ou votre équipe.

Vous souhaitez donner le meilleur de vous-même et avez des objectifs précis.

Nous vous aiderons à prendre conscience des solutions s'offrant à vous dans vos démarches.

Pour vous motiver personnellement et annihiler vos peurs face aux défis d'un environnement professionnel dur et concurrentiel, notre équipe vous accompagnera individuellement.

Vous parviendrez à clarifier vos objectifs et vos ressources et à élaborer une stratégie viable et efficace que vous pourrez appliquer tout au long de votre carrière.

Tarifs, conditions et plannings sur le site : www.atma-formations.com