

Organisme de formation : UN + Formations - SIRET 81949915300057

**Intitulé :** GE11 - Professions immobilières : développer la confiance en soi et l'assertivité

**Code** **GE11**

**Durée :** 7h00

**Modalité :** Classe virtuelle

**Public :** Toute personne travaillant dans le domaine immobilier et en recherche de solution sur ce sujet.

**Objectifs pédagogiques :** Notre comportement ainsi que notre relation avec les autres n'est pas forcément ce que nous souhaiterions.

- Il est le reflet de critères conscients et inconscients que nous ne maîtrisons pas systématiquement.
- Cette formation vous apprendra à comprendre ce que veut dire confiance en soi et assertivité, à découvrir les mécanismes de la confiance en soi, à acquérir 9 outils vous aidant à développer la confiance en soi et vous exprimer de façon assertive.

**Pré-requis :**

- Avoir une ouverture d'esprit pour réfléchir sur soi-même et son comportement.
- Être prêt à analyser ses interactions avec les autres et leurs impacts.
- Avoir envie de développer sa confiance en soi et d'améliorer sa communication.

**Programme :** Préambule :  
Présentation des participants et expression des attentes (Regard sur soi, objectifs personnels).  
Evaluation des connaissances

- 1- Définition de la confiance en soi et de l'assertivité
  - Travail commun de réflexion. Et comparaison avec d'autres notions
- 2 - Les mécanismes de la confiance en soi
  - La confiance en soi est-elle innée ou acquise ?
  - Ne pas confondre confiance en soi avec impulsivité et tempérament.

### 3 -Le développement de la confiance en soi et de l'assertivité

- Les 9 actions de développement.
- Connaissance et respect de soi.
- Identification de ce que l'on souhaite.
- Vision et programmation.
- Les différentes actions.
- Adoptez une attitude corporelle confiante.
- Votre communication.
- La valorisation de soi.
- Confiance et compétence.
- Bienveillance et exigence.

### 4- La pratique de l'assertivité

- Exemple et exercice

**Moyens pédagogiques :** Séance de formation en classe virtuelle.  
Support pédagogique disponible en ligne via l'espace utilisateur de chaque apprenant

**Moyens d'évaluation :** Validation de l'acquisition des connaissances via un quiz à l'issue de la formation. Taux de bonnes réponses minimum à obtenir : 80 %.

**Matériel nécessaire :** Ordinateur, tablette ou smartphone avec connexion internet.

### A propos de UN + Formations :

UN+ Formations C/O UNIS - 4 Rue de la République - 69001 LYON

04 12 05 72 90 | 9h - 12h et 14h - 17h

[contact@unplus.fr](mailto:contact@unplus.fr)



## PROGRAMME DE FORMATION

### L'accueil des personnes en situation de handicap :

UN + Formations met en œuvre les solutions les plus adaptées pour permettre aux personnes en situation de handicap d'accéder facilement à nos formations.

Notre référente handicap vous accompagnera grâce à un plan d'actions adapté à chaque situation de handicap, en collaboration avec nos partenaires et notre équipe pédagogique.

Dernière MAJ : 06/12/2024

