

Développez votre capital confiance

Non-certifiante

Formation continue.

Réf. : 25159967F — Mise à jour : 5 janvier 2026

Organisme responsable : **SUBTILEMENTVOUS**

Contenu

Objectifs

Acquérir et mettre en pratique, à l'issue de la formation, des techniques et outils efficaces pour gagner en assurance, en réalisant des exercices concrets, et en élaborant un plan d'action personnalisé pour pouvoir oser.

Programme

- Connaître les composantes de la confiance en soi
- Identifier ses points forts et ses ressources mobilisables
- Apprendre à valoriser son image personnelle et professionnelle
- Renforcer son estime de soi
- Cibler ses axes de progression
- Découvrir des méthodes, outils et techniques pour développer son assurance au quotidien

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
2161134	Présentiel	La Mézière	31/12/2025	30/12/2026

Source : GREF Bretagne #25159967F