

Intra CL

## Public

1 groupe de 5 agents de la  
Caf de Rennes

## Modalités pratiques

4 jours soit 28 heures de  
formation

Calendrier - Lieux -

Modalités d'accès :

Planification sur le site

EGOC [Sessions à venir]

Nous contacter pour suivi

des programmations et

des planning sur

[www.egoc.org](http://www.egoc.org)

## Catégorie

Formations

Chantiers locaux

## Tarifs

3260.00

## Modalités d'animation

## Formateur

Berthy Claudine

## Effectif

## Taux de satisfaction

## Tarif / Coût stagiaire

3260.00

# Savoir s'affirmer - CAF 35

MAJ : Dimanche 05 juillet 2026

## Contenu

### Contenu

- La communication : mécanismes et attitudes favorables.
- Auto-diagnostic des capacités d'affirmation de soi et des tendances personnelles.
- Savoir reconnaître les attitudes assertives et non assertives.
- Les attitudes de fuite, de manipulation, d'agression et leurs conséquences.
- Savoir s'affirmer sans être agressif : émettre une critique.
- Une méthode : le D.E.S.C.
- Exprimer son ressenti.
- Faire face à des situations d'agression et de reproche : recevoir une critique.
- Savoir demander et refuser.
- Connaître et utiliser une méthode de recherche de compromis.
- 

### Méthodes pédagogiques

- i. Apports théoriques et pratiques.
- ii. Exercices pratiques et simulations vidéoscopées.
- iii. Méthodes actives et participatives.

### Validation

Effectif validé par une feuille de présence.

## Méthodes mobilisées

Modalités d'évaluation et de validation:

**Evaluation en amont** : sous forme d'un questionnaire ou d'un entretien avec le formateur pour valider les prérequis, d'évaluer les besoins spécifiques et de déterminer le niveau de connaissances

**Evaluation au cours de la formation** : validation de la compréhension et de l'acquisition des connaissances sous forme mises en situations, de réflexions collectives et d'utilisation d'outils de diagnostic

**Evaluation à chaud** : à l'issue de la formation, un bilan oral et une évaluation écrite permettront d'apprécier la qualité de la prestation et de mesurer l'efficacité de l'action au regard des objectifs globaux

**Evaluation à froid** : réalisée avec un outil interne Caf

**Attestation de suivi** : Feuille de présence

**Attestation de participation** mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action sera remise aux stagiaires à l'issue de la formation

---

Accessibilité:

Nos formations sont accessibles à tous les agents Caf. Pour toutes personnes en situation de handicap, nous vous invitons à nous contacter afin d'étudier ensemble les modalités d'accès à la formation et de nous transmettre tout document nécessaire pour l'ajustement des prestations et la mise en oeuvre de dispositifs adaptés.

Niveau d'accessibilité des prestations proposées dans les locaux de l'EGOC : fiche informative du registre public d'accessibilité disponible sur le site de l'EGOC : Page « [Contact et Accessibilité](#) »

---

Délais d'accès à la formation:

Délais d'accès entre la demande et le début de la prestation : engagement d'une réponse dans les 15 jours ou conditionné aux délais de procédures de marché (1 mois pour les sessions INTER).

---

**Pour toutes informations administratives, pédagogiques,  
d'accompagnement aux personnes  
ou d'une adaptation de la formation sur mesure,  
vous pouvez nous contacter au 02 99 29 82 42 ou 02 99 29 82 43**

---