ATOUT MAJEUR
CONSEIL | FORMATION

Prenez de la hauteur

Déployer des relations de qualité au travail

Durée de la formation :
2 jours (14h)

Horaires de formation
08h45 – 12h30 / 13h45 – 17h00

Pré-requis
Cette formation ne nécessite aucun prérequis

Public visé
Toute personne souhaitant construire et déployer des relations de qualité au travail.

Objectifs et compétences visées
Améliorer sa communication interpersonnelle au travail. Favoriser la collaboration par ses comportements. Savoir gérer les personnalités difficiles et situations conflictuelles. Découvrir et optimiser ses ressources personnelles.

Organisation
Formation animée en présentiel. Groupe de 3 à 8 personnes. Emargement signée par ½ journée par les stagiaires et le formateur. A l'issue du stage les apprenants renseignent un questionnaire d'évaluation à chaud qui est ensuite analysé par nos équipes.

Le formateur
La prestation est animée par un consultant formateur dont les compétences techniques, professionnelles et pédagogiques ont été validées par Atout Majeur.

Moyens techniques et pédagogiques
Alternance entre théorie et pratique. Mise à disposition d'une salle équipée. Support de cours.

Validation des acquis et attestation
Les exercices réalisés permettent de mesurer le degré de compréhension et d'acquisition des compétences visées. Une attestation de formation comportant les résultats de l'évaluation des acquis est délivrée en fin de formation.

Inscription possible jusqu'à 48 heures ouvrées avant la formation

Module 1 : Construire des relations de travail constructives
Comprendre votre contexte d'entreprise : missions, organisation, répartition des rôles, attentes des uns et des autres.
Cerner précisément votre rôle dans ce contexte.
Distinguer identité personnelle et identité professionnelle.
Autodiagnostic relationnel.

Module 2 : Connaitre et mettre en œuvre les fondamentaux de la communication
Déployer une communication maîtrisée et non plus instinctive pour éviter les maladresses
Apprendre à émettre ses idées habilement pour se faire écouter et comprendre du premier coup
Observer son interlocuteur pour mieux adapter sa communication
Savoir écouter activement ce qui est dit et identifier les non-dits
Questionner chaque fois que nécessaire.
Savoir reformuler sans déformer ni interpréter

Module 3 : Oser s'affirmer dans ses relations de travail
Savoir reconnaitre et qualifier les comportements
Diagnostiquer ses propres comportements et identifier ses axes de progression
Comprendre ses propres obstacles à l'affirmation de soi
Mesurer les effets des ses comportements sur soi et sur son entourage professionnel
S'entrainer à différentes techniques : empathie, sandwich, DESC

Module 4 : Analyser les situations conflictuelles
Connaître les principales causes et éléments déclencheurs des conflits
Apprendre à faire une lecture exacte de ce qui se joue
Savoir qualifier le type de conflit
Reconnaitre les profils à risque

Module 5 : Gérer le conflit et assurer son suivi
Connaitre les différentes stratégies possibles et mettre n œuvre les plus appropriées
Savoir négocier et argumenter face aux tensions
Gérer son stress et ses émotions
Faire en sorte de sortir du conflit et de gérer l'après conflit
Tirer les leçons du conflit, permettre à chacun de reprendre sa place.

Méthodes
Alternance d'apports théoriques et d'exercice, notamment de mise en situation inspirés de la réalité terrain des participants
Les exercices sont analysés collectivement et font l'objet d'enregistrements vidéo.
Chaque participant formalise son plan d'actions et de progression.

Pour vous inscrire
04.78.14.19.19