

Mettre en place des relations professionnelles constructives

Code : D029

Durée : 2 jours

Prix : 990 € HT

Lieux : Paris

En présentiel :

Liste des dates :

03 au 04 janvier

04 au 05 avril

13 au 14 juin

05 au 06 septembre

13 au 14 novembre

Objectifs :

Faciliter ses relations professionnelles

Gagner en dynamisme dans ses échanges

Résoudre les situations difficiles

Programme :

Identifier et gérer ses émotions face aux autres

- ✓ Autodiagnostic : ses qualités relationnelles en milieu professionnel
- ✓ Distinguer les différentes relations rencontrées en situation professionnelle
- ✓ Développer son intelligence émotionnelle
- ✓ S'observer face à un interlocuteur et s'adapter
- ✓ Oser dire non
- ✓ Identifier ses valeurs pour s'affirmer de façon positive
- ✓ Travailler sur sa posture, ses gestes, ses prises de parole
- ✓ Identifier les émotions de son interlocuteur et prendre en compte leur présence dans son message

Acquérir les bases d'une communication efficace

- ✓ Connaître les différentes situations professionnelles de communication et leurs enjeux
- ✓ Identifier les comportements en situation de communication
- ✓ Surmonter les obstacles à la communication
- ✓ Adapter sa communication verbale à la situation et à ses interlocuteurs
- ✓ Se positionner positivement dans une équipe
- ✓ Utiliser l'écoute active et la pratiquer

Développer des relations positives

- ✓ Comprendre son environnement personnel et professionnel
- ✓ Identifier les différents modes de relations interpersonnelles
- ✓ Connaître les éléments nécessaires pour établir des relations fructueuses
- ✓ Valoriser son interlocuteur
- ✓ Mettre en place une relation gagnant-gagnant
- ✓ Distinguer faits, ressentis et opinions
- ✓ Exprimer des signes de reconnaissance auprès de son interlocuteur lors d'une communication
- ✓ Définir ses objectifs dans ses relations professionnelles

Anticiper et gérer les conflits

- ✓ Être dans une posture de conciliation
- ✓ Réduire les agressions et apprendre à désamorcer une situation de tension
- ✓ S'affirmer au quotidien sans générer pour autant un conflit de personnes
- ✓ Favoriser les relations, réduire les tensions dans les échanges
- ✓ Les techniques et buts de la reformulation

En distanciel :

Durée : 3 sessions de 0,5 jour et 1 heure de coaching individuel

Prix : 810 € HT

Liste des dates :

Janvier : 24 matin, 26 matin, 29 matin

Mars : 22 matin, 25 matin, 26 matin

Juin : 14 matin, 17 matin, 19 matin

Octobre : 7 après-midi, 09 après-midi, 11 après-midi

Décembre : 12 matin, 16 matin, 18 matin

Public concerné :

Tout collaborateur

Intervenants :

Spécialiste du développement personnel et la résolution de conflits

Pré-requis :

Aucun

Techniques d'animation :

Alternance de théorie et de pratique.
Etudes de cas.
Exercices individuels et collectifs.
Retour d'expériences.
Mise en situation.
Jeux de rôles.
Tests.
Entraînements.
Vidéos.

www.accofor.com

mpringez@accofor.com - Tél. 01 47 83 48 14 - Fax 01 72 56 13 73

N° de déclaration d'activité 11 78 81169 78

✓ Gérer le conflit freinant le travail de tous	
------------------------------------------------	--