

Construire son interaction professionnelle

Objectifs pédagogiques

- Bâtir des relations solides, sereines et constructives, basées sur le respect de soi et de l'autre
- Se connaître soi-même et s'adapter aux autres en situation de communication
- Clarifier les échanges, s'affirmer positivement et convaincre
- Prévenir les conflits

Public : Toute personne désireuse d'allier la performance et le bien-être dans le champ professionnel.

Prérequis

Aucun

Durée

1 jour - 7h - présentiel

Participants

6 à 10

Dates intra

Nous contacter

Programme

- Différencier informer et communiquer.
- Développer une communication centrée à la fois sur soi et sur l'autre (écoute, empathie, non-jugement).
- Identifier faits, opinions et sentiments pour clarifier les échanges.
- Prendre conscience de l'impact des a priori sur la relation.
- Pratiquer l'écoute active, le questionnement et la reformulation comme leviers de qualité relationnelle.
- Utiliser les émotions comme ressources pour mieux interagir.
- Repérer le positif et insuffler de l'optimisme dans ses échanges.
- Exprimer et recevoir compliments et critiques avec équilibre.
- Donner et recevoir des feed-back constructifs avec assertivité.

➡ À l'issue de la formation, les stagiaires seront en mesure de communiquer efficacement avec leur entourage professionnel.

Construire son interaction professionnelle

Méthodes pédagogiques

- Formations/actions s'appuyant sur les expériences des participants
- Progression pédagogique affinée par l'alternance d'exposés interactifs, de travail individuel, d'ateliers sous-groupes, de simulations et de débriefings collectifs
- Intégration de séquences Ludo-pédagogiques (jeux de rôles, simulations) : usage structuré du jeu pour engager, expérimenter en sécurité et ancrer durablement des compétences immédiatement transférables au poste

Moyens pédagogiques

- Exercices transverses et situations spécifiques
- Support de formation synthétique reprenant l'essentiel des apports

Évaluation et validation des acquis

- Évaluation de préformation
- Évaluation des acquis en cours de formation (ateliers de cas pratiques)
- Évaluation de satisfaction des participants à chaud
- Attestation de présence

Inscription

- Validation de l'inscription par bon de commande et convention de formation
- Prise en compte de l'accès aux personnes en situation de handicap, après échanges et ajustements nécessaires

Compétences de la formatrice : Denise Germanaud

- Master Formation – CNAM (2005)
- Master Coach – Institut de Coaching International, Genève (2016)
- 19 années d'expérience pédagogique en conception et animation de stages
- 17 années salariées à des postes transverses et à responsabilités managériales

Vos attestations

- Une attestation d'assiduité est remise au stagiaire ayant participé à l'ensemble de la formation
- Un certificat de réalisation est délivré à l'entreprise