



Etablir des relations professionnelles constructives et durables



Objectifs Généraux

Construire et entretenir des relations professionnelles constructives et durables. Mieux se (faire) comprendre pour mieux fonctionner ensemble : trouver ensemble la meilleure recette pour chacun !



Compétences clefs visées

- Identifier les temps forts de la relation de travail du « parcours collaborateur » : qu'est-ce qui se joue ?
- Découvrir ce qui favorise une communication constructive et ce qui peut mener à des incompréhensions ou des conflits, et comment les prévenir.
- Détecter son « style » de communication/de relation (inspiré du modèle MBTI / 4 couleurs).
- Comprendre comment prendre soin de soi et de l'autre en identifiant clairement ses besoins, formuler ses attentes, donner ou trouver du sens à l'action.



Programme détaillé

INTRODUCTION

- Accueil des participants, introduction, modalités pratiques et informations préliminaire
- Tour de table : présentation et attentes des participants et du formateur, nos conditions de réussite

EXPLORER SA REALITE – IDENTIFIER

- Comprendre comment sa perception des autres et de soi-même conditionne ses comportements
- Explorer la « réalité »
- Identifier les écueils que l'on rencontre, quels sont les « cailloux dans la chaussure »

CRÉER LES CONDITIONS D'UNE COLLABORATION SEREINE

- Identifier les temps forts d'une relation de travail, les « points de contact »
- Aborder la symétrie des attentions, la réciprocité : focus relation client externe VS client interne
- Distinguer fait / opinion / jugement
- Développer son écoute active / reformuler

LA PLACE DE L'INTENTION DANS NOS COMPORTEMENTS

- Identifier ce qu'est une intention et comment l'exprimer : découvrir la face cachée de l'hippopotame !
- Quel sens à tout ça ? Questionner ce que l'on fait, comment et pourquoi
- Comprendre en quoi ma façon d'exprimer les choses impacte la réaction de l'autre
- Apprendre à demander clairement

DEVELOPPER LES RESSOURCES POSITIVES DES AUTRES... ET LES SIENNES !

- Découvrir son « style » relationnel / de communication (inspiration MBTI / 4 colours)
- Comment s'adresser à ses interlocuteurs de façon adaptée
- User de la critique positive et éviter de systématiser les critiques négatives
- Réaliser un feedback constructif avec la méthode DESC : découverte et expérimentation

S'ENGAGER CONCRETEMENT

- Réaliser son plan individuel tout au long de la formation : ce que j'ai identifié, mes premiers pas pour faire évoluer ma pratique
- Savoir comment évaluer sa pratique et réajuster ses comportements



Méthodes pédagogiques

- Méthode pédagogique « Learning by doing » : mise en pratique de la théorie.
- Formation interactive : ateliers entre participants et co-construction du contenu.
- Matériel ludique et innovant : vidéos, questionnaires en ligne, jeux pédagogiques...
- Outils et conseils concrets pour améliorer les pratiques professionnelles.
- Exercices et mises en situation tout au long du module.



Public concerné

- Dirigeants ;
- Services supports ;
- Managers ;
- Collaborateurs d'équipes souhaitant fluidifier leur posture relationnelle.



Prérequis

Aucun prérequis nécessaire.



Mise en œuvre

- Formation en présentiel ou visioconférence
- Nombre de journées : 2 jours soit 14 heures de formation
- Nombre minimum de participants : 4
- Nombre maximum de participants : 10
- Adaptations possibles des conditions d'accueil et d'animation selon besoins spécifiques du participant, merci de contacter notre référent handicap via cette adresse : formation@agence-lucie.com

Bien se préparer :

- Si aucune connaissance de la RSE et du Développement Durable, lire des articles ou ouvrages sur le sujet avant la formation.
- Bien lire le mail de convocation et répondre au questionnaire concernant vos attentes.



Tarifs et planification

- Session INTRA : 2 800 H.T. par jour
- Prochaine planification : nous consulter
- Inscription : pour vous inscrire, merci de nous demander une proposition de convention de formation, afin de vous préinscrire, l'inscription finale se faisant à réception de celle-ci et de la modalité de règlement y figurant. Pré-inscription jusqu'à 10 jours avant la date de début de la formation. Inscription définitive jusqu'à 5 jours avant la date de début de la formation.
- Faire votre demande d'inscription : formation@agence-lucie.com



Animateur(s) / Animatrice(s)

Caroline Rosenstiehl : consultante en organisation du travail et qualité de vie au travail. Diplômée d'un Master de Coaching et Développement Personnel en Entreprise et d'un Master de Psychologie du Travail et des Organisations. Elle intervient notamment dans les missions d'accompagnement, de coaching, de formation, et développe le rayonnement du cabinet.



Validation des compétences

- ✓ Exercices et mises en situation tout au long du module.