

OBJECTIF :

Mieux se connaître - développement professionnel

- Identifier son propre type de personnalité, comprendre et s'adapter aux différences entre individus
 - Identifier ses points forts et axes d'amélioration (préconisations, plan d'action)
 - Repérer les situations de communication les plus fréquentes et adopter les bons comportements
- Gagner en confort et en efficacité dans la gestion des conflits au travail
- Définir les caractéristiques du conflit, identifier les raisons possibles et les mécanismes
 - Identifier et adopter les comportements et techniques efficaces pour gérer un conflit
 - Sensibilisation à la prévention des risques psychosociaux en entreprise
 - Renforcer la coopération

PUBLIC VISÉ :

Tous les salariés

PRÉ REQUIS :

Aucun

DURÉE, DATES, LIEU, HORAIRES :

14 heures, sur 2 journées

En entreprise ou dans notre centre de formation

Horaires et dates : cf. convention ou offre de formation

MODALITÉ D'ORGANISATION :

Formation en groupe jusqu'à 8 personnes

Connexion internet obligatoire - En présentiel

MOYENS TECHNIQUES ET PEDAGOGIQUES :

- 1 salle de formation équipée d'ordinateurs ou de tablettes connectées à internet
- Support de cours, livret stagiaire
- Formateur spécialisé
- Apports théoriques sous formes d'exposés, illustrations, photos, cas pratiques

TARIF :

3 800,00€ Ht - Groupe de 8 personnes

Personne en situation d'handicap

Contactez Fégré Formations 06.16.01.33.27

Etablissement accessible aux personnes handicapées

PROGRAMME

Connaissance de soi (J1 3heures)

- Entretien de découverte MBTI du type de personnalité « Comment je fonctionne et comment fonctionnent les autres »
 - Identifier son propre type de personnalité parmi les 16 profils types
 - Analyse des expériences vécues comme conflictuelles à travers l'exploration des différentes préférences naturelles
- Compréhension des mécanismes - de la tension au conflit (J1 4heures)
- Le conflit : définition, composantes, types et causes, les attitudes possibles...
 - Jeux de rôle pour identifier les attentes/exigences des clients et collaborateurs (inter service) MCI
 - La gestion des émotions : la fleur de Plutchik , tension et émotion, l'empathie, ...
- Focus sur les comportements efficaces pour sortir des conflits (J2 3heures)
- La prévention des RPS risques psychosociaux : risques / troubles, facteurs de protection...
 - Posture à adopter : discours, tenue, phrases types, réaction à froid
 - La méthode DESC : outil de communication
- La communication au cœur des conflits (J2 4heures)
- Les fondamentaux de la communication : le message (émis/reçu), les biais de perception, le verbal et non verbal...
 - L'écoute active : reformulation, questionnement, silence...

Moyens pédagogiques

- Apport des intervenants
- Interactions par le biais de cas pratiques et de mise en situation

METHODES PEDAGOGIQUES :

Tour de table de positionnement préalable afin de permettre au formateur de vérifier l'adéquation du parcours de chaque stagiaire et d'adapter son déroulé pédagogique.

Le formateur suit un plan précis pour aborder progressivement tous les points du programme.

Partie théorique : Alternance d'apport théorique par le formateur à l'aide d'un exposé par vidéoprojecteur et d'exercices en groupe, d'échanges d'expériences, de démonstration et d'explications sur paperboard.

SUIVI - ÉVALUATIONS :

Les acquis des participants seront mesurés tout au long de la session de formation.

L'évaluation privilégiera l'aspect formatif et les interactions participant/formateur. Elle pourra éventuellement prendre l'aspect d'un QCM.

Une attestation de fin de formation reprendra l'ensemble des objectifs pédagogiques de la formation et sanctionnera l'acquisition des savoirs du participant