Formations Ressources Humaines de l'organisme de formation ProFormalys

S'épanouir dans son travail aujourd'hui

Objectif : Valoriser ses activités quotidiennes. Etre reconnu et apprécié au sein d'une équipe ou de son entreprise grâce à un relationnel adapté. Temps de pause et de réflexion sur sa mission, son évolution. Diagnostiquer les priorités, exigences et contraintes de chacun. Etablir un relationnel professionnel constructif. Favoriser les échanges au sein de l'équipe et réguler les tensions. Développer des relations créatives et épanouissantes.

PROGRAMME

Cycle initiation 2 jours

Analyse et constat des difficultés

- Sa mission aujourd'hui - Evolution du métier
- Difficultés d'établir de bonnes relations professionnelles
- Contraintes d'adaptabilité de l'équipe et de l'entreprise

La non -expression émotionnelle en entreprise

- Les 3 niveaux de relations (hiérarchiques, fonctionnel - personnel)
- Comportements et langage anti-relationnels (rapports d'opposition, de soumission etc …)

Règles de base d'une communication vivante

- Relation « Klaxon ou le « terrorisme relationnel »
- Système SAPPE (injonctions, menace, dévalorisation…)
- Méthodologie et règles de vie relationnelle au travail-
- Outils concrets pour établir des relations créatives dans le cadre professionnel

Cycle perfectionnement : 2 jours

Responsabilité au sein de l'équipe

- Principes et valeurs : le projet de mieux travailler ensemble
- Un nouveau mode de collaboration et de négociation
- Pratiquer l'autonomie et la prise d'initiative – Oser

S'affirmer sans agressivité

- Quelques règles de base d'une communication assertive
- La mémonique ou l'art de transmettre ses consignes, messages etc…

Se positionner clairement

- La confiance en soi et l'acceptation de son image

Outils pour développer des relations créatives

- Reconnaître et respecter les besoins fondamentaux au travail
- Charte de vie relationnelle

Nouveau mode de collaboration

- Dynamique active/passive
- Carte d'identité relationnelle : 5 points-clefs

Personnes concernées
Secrétaire, Assistante, Responsables de services Managers.

Pré requis : aucun

PEDAGOGIE

La Formatrice
Issue du terrain
Très expérimentée en communication relationnelle

Méthode pédagogique
La formation s'effectue à partir des expériences des participants. Alternance d'apports méthodologiques et de mises en situations pratiques.
Analyse personnalisée des points à travailler pour chacun.
Il est recommandé de suivre le niveau 2 après participation au niveau 1.

Ce stage peut se dérouler sous forme de coaching pour approfondissement des techniques relationnelles.
Coaching Individuel.
Coaching d'équipe.

Intra entreprise
Lieu de formation : dans la ville de votre choix.

Inter entreprises
Tarif par personne

4 jours

1 990 €

Réf : RH068