Programme de Formation

EFF11 - Agilité et adaptabilité professionnelle : S'adapter dans différentes situations relationnelles



Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : À distance

Prochaine session : ***début***

fin

Contenu pédagogique

Public visé

Toute personne souhaitant gagner en agilité relationnelle

Objectifs pédagogiques

- Améliorer ses outils de communication relationnels
- Identifier les différentes postures managériales et en comprendre les atouts et freins
- Permettre aux participants de tester les outils et de partager leurs expériences

Description

Les outils qui permettent de gagner en agilité relationnelle

- Clarifier les leviers de la communication verbale et non verbale
- Les 4 phases techniques de l'écoute active pour créer une relation empathique et performante
- Les 4 postures possibles en situation de stress ou de conflit
- Savoir construire du sens, des arguments, des éléments de langage

Exercices : En binôme, mise en situation concrète de l'écoute active, restitution et débrief par le groupe. Expérimenter les postures en situation de conflit : Tortue, requin, renard etc. Utiliser les outils du discours

Identifier les différentes postures professionnelles et en comprendre les atouts et freins

- Clarifier les différentes postures : Manager, Leader, Facilitateur, Contributeur
- Identifier les enjeux formels et informels de sa posture pour soi et pour les autres
- Les outils de l'intelligence collective pour améliorer son adaptabilité relationnelle

Exercices : En sous-groupe, travail sur un cas pratique en variant volontairement les postures pour en comprendre les ressorts. Expérimenter les outils de l'intelligence collective : carte mentale, focus personae

etc.

Prérequis

Vouloir acquérir des outils théoriques pour gagner en agilité relationnelle dans des situations professionnelles diverses

Modalités pédagogiques

La formation reposera sur l'alternance d'apports théoriques et de mise en situations tirées du vécu des apprenants.

Moyens et supports pédagogiques

Le support remis aux participants contiendra les points de vigilance, les liens vers diverses ressources documentaires et les cas pratiques.

Modalités d'évaluation et de suivi

QCM de début et de fin de formation

Mise en situation et cas pratiques

Tour de table

Evaluation à chaud