

Parcours 360 training : Formation "Construire des relations positives au travail" + 3 x 1h30 d'accompagnement individuel

DURÉE : 2 jours + 3 x 1h30

16h en présentiel (déjeuners de travail inclus)

18h30 en distanciel

PRIX : 2160.00 € HT (2592.00 € TTC)



PARTICIPANTS

Tout collaborateur souhaitant améliorer ses relations professionnelles ou contribuer à l'amélioration de la qualité de vie en entreprise.

PRÉREQUIS : Cette formation n'exige pas de prérequis particulier.



OBJECTIFS

- ▶ Développer des relations gagnant-gagnant avec les collaborateurs.
- ▶ Communiquer avec doigté, adresse et professionnalisme.
- ▶ Déjouer la contagion des personnalités... et des situations toxiques.
- ▶ Contribuer à la qualité de l'ambiance et au bien-être au sein de l'équipe et de l'entreprise.

PROGRAMME

1h30 d'accompagnement individuel à distance

Préparation personnalisée

- Analyse approfondie de votre contexte professionnel.
- Évaluation "Performances-Talents" : découvrez vos forces cachées grâce à notre questionnaire exclusif, suivi d'un débrief personnalisé.
- Mises en situation conçues pour révéler vos véritables besoins de formation.

Formation de 2 jours

Etablir des relations positives

- Comprendre le décalage entre sa personnalité réelle et l'image de soi portée à l'extérieur.
- Adopter un style relationnel adapté pour être accepté par tout le monde.
- Valoriser ses collaborateurs par les signaux de reconnaissance ciblés.
- Verbaliser sans complexe sa confiance, son optimisme et son estime.

Communiquer dans les situations délicates

- Formuler un refus ou une critique sans blesser.
- Gérer avec tact les demandes abusives et les agressions injustifiées.
- Comprendre et traiter les problèmes réels émotionnels cachés sous les prétextes.
- Gérer les émotions de ses interlocuteurs... et les siennes quand elles peuvent déraiper.

Faire face aux personnalités toxiques

- Identifier les personnalités toxiques dans son entourage : les indices, les pièges et la mise en place de stratégies adaptées.
- Comprendre la logique d'une personnalité toxique : ses mécanismes de défense et ses automatismes comportementaux.
- Se protéger et protéger son équipe de la contagion émotionnelle.
- Recadrer en douceur un collaborateur toxique... et parfois le transformer en allié.

Contribuer au bien-être collectif

- Identifier les conditions du bien-être au sein de l'équipe, du service, de l'entreprise : les conditions de la Qualité de Vie en Entreprise.
- Analyser les facteurs concrets qui peuvent plomber l'ambiance ou au contraire stimuler le moral : l'arbre des causes et des effets.
- Agir à son échelle personnelle : pratiquer l'exemplarité et déclencher la contagion de bonne humeur, dissocier l'émotionnel et le professionnel, canaliser le stress ou le convertir en source d'énergie positive.
- Intervenir dans la systémique d'un groupe : éviter les incompatibilités d'humeur, réorganiser l'espace, aménager du temps fédérateur.

1h30 d'accompagnement individuel à distance



CALENDRIER

En présentiel ou à Distance

Découvrir les dates dans
votre ville (ou à Distance)
www.performances.fr
code web : PTNCRP

CLIQUEZ ICI



Session de consolidation

- Débriefing individuel approfondi et apports complémentaires pour une mise en pratique immédiate.
- Étude de cas personnalisée afin d'identifier les axes de perfectionnement.
- Retour sur les actions menées pour ancrer les pratiques professionnelles.

1h30 d'accompagnement individuel à distance

Session d'ancrage

- Analyse des actions menées depuis la formation.
- Formation exclusive à l'utilisation de Coach-IA.

Un test de positionnement
sera envoyé aux participants
en amont de la formation.

Tour de table pour
recueillir les attentes
des participants.

Moyens pédagogiques :
Support de cours - Exercices
pratiques - Mises en situation

Évaluation des acquis :
Réalisée en fin de formation
par un questionnaire.

Sanction de la formation :
Attestation de fin de formation