Points pratiques en co-développement sur la bonne posture professionnelle

Domaine : Développement personnel

Réf. : 2364DP

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Etre capable en pleine conscience d'adopter une bonne posture professionnelle en toute circonstance en fonction de l'environnement , des différents interlocuteurs et votre propre identité.
Développer son écoute et décrypter les processus émotionnel en lien avec les valeurs et les règles de votre struture et de la mission qui vous est confiée.
S'armer pour faire face aux situations difficiles.

PRÉ-REQUIS

Aucun

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET MODALITÉS D'ÉVALUATION

Moyens pédagogiques : Alternance entre théorie et exercices pratiques. Un support de cours adapté remis à chaque participant. Salle de cours équipée / connexion internet / matériels de projection / Tableaux / Paper Board.

Modalités d'évaluation : Evaluation au fur et à mesure des exercices pratiques / Questionnaire de satisfaction / Attestation de stage / Evaluation sommative par le formateur sur 5 questions.

Formation en présentiel : A l'aide de l'application EDUSIGN, les stagiaires ont un accès afin d'émarger pendant la formation et de répondre à une opinion qualité lors de la fin de la formation.

Formation en distanciel : A l'aide d'un logiciel, les stagiaires interagissent entre eux et avec le formateur / Accès à l'environnement d'apprentissage (supports,...)et aux preuves de suivi (émargements, évaluation,opinion qualité...) via la plateforme Edusign / Convocation avec lien de connexion.

CONTENU ET MÉTHODES MOBILISÉES

Un ou plusieurs tests de personnalité sont transmis en amont de la formation via un lien internet.

Comment écouter sans se laisser envahir par ses émotions ?
- test sur votre intelligence émotionnelle
- travail de groupe en co -développement pour prendre conscience de votre profil émotionnel respectif
- étude d'un cas pratique vécus par le groupe afin d'identifier comment chaque participant gére ses émotions face à une situation donnée

-co-développement sur quelle est la bonne distance émotionnelle ?
Définir les piliers de la postures : l'enjeu de l'écoute
la place de l'écoutant , le rôle et les motivations de chacun
- l'empathie, l'écoute active, la congruence, le non jugement
cerner les qualités de l'acccompagenemnt selon Carl Rogers

Comment développer une écoute aidante et authentique ?
 Affiner le sens de l'observation par la communication non verbale
mieux utiliser l'écoute active pour capter les signaux et les émotions
le questionnement et la reformulation

Mises en situation à partir des écoutes de chacun.
Comprendre l'impact de la communication orale et corporrelle
Identifier pour chacun les obstacles à une bonne écoute
Comprendrer les émotions qui se jouent en fonction de chaque situation.
Trouver la bonne distance émotionnelle pour chacun et en fonction des situations du moment.
- attachement , transfert, contre transfert
Mieux comprendre les émotions de l'autre sans en les faire siennes
Acquérir une meilleure gestion émotionnelle pour arriver à ne pas tomber dans l'implication excessive.
Prendre du recul, garder son libre arbitre pour augmenter son efficience
Les participants en groupe de 3 élaborent un scénario à partir d'une situation vécues. Ils retranscrivent chacun leur tour l'émotion ressentie et leur pensée immédiate. Puis il évaluent avec le coach leur comportement

Fiche mise à jour le 23/08/2024

PUBLIC CONCERNÉ

tout salarié ou agent en posture d'acceuil physique et ou téléphonique
L accessibilité à la formation pour les personnes en situation de handicap est étudiée en amont selon les informations fournies.

DURÉE ET DATES

-Durée :
3 journées non consécutives soit 21 heures

-Délai d'accès :
Réponse par mail dans les 72h.
En inter : inscription à la prochaine session suivant le nombre de places disponibles.
En intra et en individuel : en fonction du planning déterminé par le client.

-Dates des inter-entreprises :
Nous contacter
.En Intra ou Individuel :
Nous contacter

FORMULES ET TARIFS

En inter-entreprises :
604€ HT / Jour / personne

En intra-entreprises :
1199€ HT / Jour / groupe
Groupe de 2 à 4 pers.

1495€ HT / Jour / groupe
Groupe de 5 à 10 pers.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Présentiel,

BESOIN D'AIDE POUR CHOISIR VOTRE FORMATION ?
02 32 74 56 94 Numéro unique d'appel

NOS CERTIFICATIONS

© FORCE 7 Formation / Conseil / Coaching - Tous droits de reproduction réservés - contact@force7-formation.fr