



SMART & COM FORMATION

L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE AU SERVICE DE L'ENTREPRISE

Collaborer efficacement au sein de son Entreprise requiert des compétences mais aussi et surtout des aptitudes à interagir de façon adaptée. Collaborer efficacement en prenant conscience de nos comportements, de nos choix, de nos résistances et de nos ressentis dans la relation pour pouvoir ensuite choisir les comportements les mieux adaptés et développer ainsi de la flexibilité.

PUBLIC : salariés.

OBJECTIFS :

- Développer la connaissance de soi-même et des autres,
- Développer des relations de travail confiantes,
- Augmenter sa détermination personnelle,
- Augmenter la confiance en soi,
- S'approprier et utiliser ces outils au quotidien.

PROGRAMME :

- Reconnaître et comprendre les comportements relationnels,
- Identifier l'image que l'on renvoie aux autres,
- Choisir ses propres changements de comportements,
- Identifier les leviers de confiance, les activer, les actionner,
- Oser dire sans contrainte ni agressivité,
- Identifier ses véritables responsabilités dans chaque situation,
- Dépasser ses rigidités personnelles,
- Apprendre à faire le point sur soi-même en conscience.

CONDITIONS DE REALISATION :

- Pédagogie active et ludique permettant une plus grande lucidité face à nos comportements et ceux de nos collaborateurs,
- Mise en situation, jeux de rôles, vidéo, brainstorming.

DUREE : 2 jours.

FORMATEUR/TRICE :

CONDITION DE REALISATION : Sur le lieu de travail (en intra-entreprise).

DOCUMENTS FOURNIS : Attestation de formation, questionnaire de satisfaction, support de cours formation et documentations diverses.

METHODES D'EVALUATION : A chaud, à froid.

VALIDATION ET SANCTION : Remise d'une attestation de formation.

SUIVI FORMATION : Feuille émargement.