Booster son efficacité relationnelle pour de meilleures relations au travail

ARAQ

Formation et conseil en management de la performance

Tous les jours dans nos activités professionnelles ou personnelles, nous sommes appelés à interagir avec des personnes différentes, souvent pour notre plus grand bonheur et parfois avec plus de difficultés. Il y a des individus avec lesquels le courant ne passe pas !
Mais peut-on continuellement éviter les personnes avec qui nous n'avons pas de feeling ? Que pouvons-nous mettre en œuvre si nous voulons préserver la relation avec nos collègues, nos responsables hiérarchiques, nos collaborateurs et maintenir une bonne ambiance dans l'équipe ? Il n'y a pas de fatalité, nous avons tous les moyens de dépasser ces situations. C'est ce qui vous est proposé dans ce module dans lequel nous aborderons les outils pour développer votre agilité relationnelle avec le Process Communication Model®, afin de mieux vous adapter à tous vos interlocuteurs.

Objectifs

- **Développer la connaissance et conscience de soi**
    - Identifier son type de personnalité et son évolution dans le temps,
    - Repérer ses conditions de réussite et savoir les utiliser,
    - Identifier les situations qui, pour soi, sont sources de stress et savoir les gérer.
- **Développer la connaissance et conscience de l'autre**
    - Être capable d'identifier le mode de communication privilégié de ses collègues, collaborateurs et clients.
    - Pouvoir repérer leurs sources de motivation identifier comment y contribuer.
    - Comprendre la "'mécommunication'' et la gérer.

Contenu / Thèmes abordés

- **Comprendre les concepts de la Process Com®**
    - Découvrir l'historique de la Process Com®
    - Comprendre les piliers de la Process Com®
- **Mieux connaître les différents types de comportements des différents types de personnalité**
    - Découvrir les 6 types de personnalité et leurs points forts.
    - Clarifier la notion de structure de personnalité.
    - Découvrir sa structure de personnalité (remise de l'inventaire)
    - Commencer à identifier le type de personnalité de ses interlocuteurs.
- **Développer sa flexibilité pour adopter une communication efficace**
    - Comprendre les 6 façons de voir l'environnement avec les perceptions et comment les repérer.
    - Découvrir les parties de personnalité (signaux de communication.
    - Découvrir les 5 canaux de communication
    - Savoir identifier le canal de communication proposé par son interlocuteur.
    - Apprendre à utiliser les perceptions pour entrer dans le cadre de son interlocuteur.
- **Connaître ses sources de motivation et celles des autres**
    - Connaître les 8 besoins psychologiques : nos sources de motivation et celles de nos interlocuteurs
    - Comprendre comment satisfaire les 8 besoins psychologiques.
- **Comprendre et gérer les situations de « mécommunication » (tensions, inefficacité, incompréhension, conflits)**
    - Découvrir les principes du stress
    - Distinguer Les trois degrés de stress : « drivers », mécanismes d'échec et désespoir
    - Repérer les comportements qui révèlent les différents niveaux de stress
    - Etablir des Stratégies d'intervention pour revenir à une communication positive

Pédagogie

- Active et participative, faisant alterner théorie et pratique, étude de situations vécues, jeux de rôle.
- Travail intersession à réaliser entre le jour 2 et le jour 3.

Matériel pédagogique

- Ecran interactif, projecteur, tableaux
- Classeurs participants
- Inventaire de personnalité

Public cible

- Toute personne qui souhaite développer ses qualités relationnelles et sa communication interpersonnelle

Durée

3.0 jours

Dates

Les dates pour cette formation ne sont pas encore fixées. Renseignements sur www.ariaq.ch.

Prix

CHF 1 850.–

3 jours de formation = 2 + 1 jours (à 3 semaines d'intervalle)
Le prix inclus 200 CHF pour la réalisation du profil de personnalité Process Com® qui sera remis en cours de formation.

Nos tarifs comprennent les pauses et les documents stagiaires.
TVA en sus sur les frais d'intendance.

Ce sont nos participants qui le disent

« J'ai adoré cette formation. Je me connais mieux moi-même et j'ai pu comprendre comment interagir avec les autres. »

« J'ai beaucoup appris sur moi-même. Et mes relations conflictuelles avec les autres sont plus faciles à gérer dès à présent. Merci infiniment. »

« Cette formation apporte beaucoup au niveau personnel et contribue pour les bonnes relations de tous les jours. Je suis ravie. »

Qui sommes-nous ?

L'institut ARIAQ est un leader suisse de la formation continue pour adultes dans le domaine, des systèmes de management, de l'amélioration des activités opérationnelles, du management de la qualité, de la certification ISO, de l'amélioration continue, du traitement des données jusqu'à une démonstration d'un six sigma de performance.

L'institut ARIAQ appartient à la Swiss Association for Quality (SAQ) basée à Berne.

ARIAQ soutient l'amélioration continue des activités aussi bien dans l'industrie que dans les services. Par ses formations et ses conseils, l'institut favorise l'amélioration de la performance en fonction des besoins de l'organisation et des attentes des clients. Une préoccupation essentielle de son action vise une gestion efficace des processus soutenant l'innovation. L'environnement des organisations change rapidement ; ARIAQ s'en préoccupe en permanence.

Institut ARIAQ – Y-PARC Swiss Technopole – Rue Galilée 5 – CH-1400 Yverdon-les-Bains
+41 24 423 96 50 – www.ariaq.ch

2023 © ARIAQ SA – Document non contractuel, sous réserve de modifications notamment de tarifs et de dates.