

FICHE PROGRAMME - FORMATION 2022

« Comment améliorer ses relations au quotidien »

Public et prérequis

Tout professionnel
Pas d'autre prérequis particulier

Dates et lieux :

- ✓ 20 septembre 2022 à Morlaix
- ✓ 15 novembre 2022 à Saint Malo

Durée : 1 jour - 7 heures

Formateurs

- ✓ Coach certifiée en développement professionnel

Coût

Coût de la formation : 250 € /pers
(déjeuner inclus)
Possibilité d'intervenir en intra

CONTEXTE

Parce qu'interagir avec l'autre, c'est avant tout se connaître soi, il est important de pouvoir prendre le temps de s'interroger sur son fonctionnement et sur celui de ses relations professionnelles.

Les relations humaines avec les partenaires, les usagers ou les patients ou avec ses collègues constituent des contextes auxquels il faut sans cesse s'adapter. Mais comment coopérer efficacement avec des interlocuteurs dont le fonctionnement nous échappe ? Comment identifier et se sortir des fonctionnements nocifs et inefficaces ?

L'objectif de cette formation est d'acquérir des outils pour optimiser et faciliter ses relations au quotidien, privilégiant ainsi un cadre de travail constructif et serein.

OBJECTIFS

La formation permettra aux participants de :

- ★ Découvrir des outils pour faciliter les relations interpersonnelles et professionnelles
- ★ Adopter les méthodes d'assertivité dans ses relations envers les autres
- ★ Utiliser des outils pour mieux se connaître et ainsi comprendre l'autre
- ★ Savoir adapter sa communication aux situations et aux personnes

SUIVI ET EVALUATION

- ✓ En amont de la formation, les participants renseignent un questionnaire visant à identifier leurs attentes pour une meilleure adaptation du formateur
- ✓ Tout au long de la formation, le formateur vérifiera la bonne compréhension et l'acquisition des connaissances
- ✓ A l'issue de la formation, les stagiaires seront amenés à auto-évaluer l'apport de connaissances et de compétences ainsi que leur satisfaction. L'atteinte des objectifs fixés est également évaluée au travers d'un questionnaire final
- ✓ A distance de la formation, un questionnaire interroge les participants sur la mise en œuvre opérationnelle des compétences et connaissances acquises, et des axes d'amélioration identifiés lors de la formation

Pédagogie

La démarche pédagogique est interactive, basée sur le partage d'expérience.

La formation utilisera différentes méthodes pédagogiques, et notamment :

- Des apports théoriques ; brainstorming et quizz de connaissances.
- Des partages de pratiques et d'expériences professionnelles
- Des travaux de groupes et jeux de rôles
- Des mises en situation collectives en utilisant des méthodes pédagogiques basées notamment sur l'analyse transactionnelle (AT), la programmation neurolinguistique (PNL), la communication non violente (CNV), l'approche psychologie positive

Support

Chaque participant reçoit un livret pédagogique regroupant les différents éléments de la formation

PROGRAMME

Comprendre

- Ce qui se joue dans la relation
- Comment mieux se connaître et améliorer son efficacité dans ses relations

Expérimenter

- Identifier en temps réel les comportements en situation de communication
- Développer l'écoute active et faire exprimer l'autre
- Adapter sa communication verbale à la situation et à ses interlocuteurs

S'approprier

- Acquérir des réflexes pour développer la posture adaptée
- Mises en situation et retour d'expériences professionnelles
- Définir son plan d'action et ancrer ses réflexes gagnants

ATTESTATION

Une évaluation de fin de formation est complétée par chaque participant à l'issue de la formation afin de mesurer l'atteinte des objectifs pédagogiques fixés préalablement. Une attestation de fin de formation précisant la nature, les acquis et la durée de la session, est remise au stagiaire par la Fondation AUB Santé à l'issue de la prestation.

Dans le cas où le stagiaire n'atteint que trop partiellement les objectifs, une attestation de présence à la formation lui est délivrée.

Un questionnaire de satisfaction mesure également le degré de satisfaction du stagiaire (animation et dynamique de groupe ; méthodes pédagogiques...).