COMPÉTENCES COMPORTEMENTALES ET TRANSVERSALES

L'intelligence relationnelle au service de la coopération

–Accueil du groupe / Présentation de l'intervenant / du programme, des méthodes et outils de la formation –Tour de table : les participants se présentent et font part de leurs attentes (le formateur fait le lien avec le programme et les questionnaires en retour)

Public visé

Nos formations s'adressent aux professionnels du secteur public, de la santé et du privé. Elles sont conçues pour les cadres, managers, directions, équipes RH, agents, fonctions support, experts métiers souhaitant développer leurs compétences techniques et relationnelles en situation professionnelle.

Objectifs pédagogiques

Objectifs indicatifs, à adapter à votre contexte

01 Développer des compétences relationnelles basées sur l'écoute, l'empathie et la communication assertive

02 Mettre en place des relations positives et constructives dans un cadre de respect mutuel

03 Renforcer la cohésion d'équipe par la collaboration

04 Contribuer à l'évolution du collectif

Contenu pédagogique

Contenu indicatif, à adapter à votre contexte

01 **Comprendre l'importance de la communication dans la coopération**

- Les bases/les fondamentaux de la communication
- Les différentes situations de communication
- Les freins à la communication les plus courants (focus outil : faits-opinions-sentiments)

02 **Comprendre ses émotions & les gérer**

- Les différents types d'émotions et leur rôle dans notre quotidien
- Le lien entre besoins et émotions
- Les techniques de respiration et d'ancrage pour gérer ses émotions en temps réel
- 3 clés pour prévenir la 'contagion émotionnelle' et rester maître de la situation

03 **Construire des relations positives grâce à une communication adaptée**

- Développer l'empathie grâce à l'écoute active
- Exploration des 6 attitudes de Porter pour une communication constructive
- La méthode clé pour reconnaître les signaux émotionnels chez les autres
- Introduction aux types de personnalité & adaptation de sa communication en fonction des profils

04 Prévenir & gérer les conflits au profit d'une bonne coopération

- Identification des comportements qui bloquent la coopération
- Stratégies pour encourager la coopération
- Savoir gérer les situations complexes grâce à la CNV (communication non-violente)
- Élaboration d'un plan d'action personnalisé pour continuer à développer son intelligence émotionnelle dans son quotidien professionnel

Modalités & accessibilité

Modalités indicatives, à adapter à votre contexte

DURÉE À déterminer ensemble après un cadrage pédagogique.	FORMAT Présentiel, distanciel ou hybride.
LIEU À déterminer ensemble lors du cadrage pédagogique	PRÉREQUIS À déterminer ensemble lors du cadrage pédagogique
DÉLAI D'ACCÈS Inscription au maximum 10 jours avant la date de formation	TARIF A partir de 1 200€ nets par jour (*les activités formation d'Obea ne sont pas assujetties à la TVA conformément à l'article 261-4-4e – a du CGI.)
ACCESSIBILITÉ Notre référent handicap étudie avec vous les adaptations pédagogiques, organisationnelles et techniques nécessaires.	

Moyens & méthodes pédagogiques

En fonction de vos objectifs et des publics, nous combinons les méthodes que nous utilisons au quotidien :

- Apports théoriques & méthodologiques
- Étude de cas
- Atelier de partage & de construction
- Mise en situation
- Séance de questions / réponses
- Évaluation par les pairs

Modalités d'évaluation

Chaque formation démarre par un positionnement de vos équipes et se conclut par une évaluation des acquis — pour que vous puissiez mesurer concrètement le retour sur votre investissement.

AVANT LA FORMATION	Un positionnement rapide pour partir du bon niveau.
PENDANT ET APRÈS	Des mises en situation, des quiz et un débrief collectif pour ancrer les acquis.
À L'ISSUE	Une évaluation finale pour mesurer ce qui a changé.

UNE QUESTION ? CONTACTEZ-NOUS

Téléphone : 01 40 53 47 00 · E-mail : informations@obea.fr