Gestion de la relation en face-à-face

https://estim-formation.com/formation-gestion-relation-en-face-face

Objectifs de la formation

- Acquérir les comportements adaptés à une situation d'accueil ou une relation de face-à-face.
- Mise en œuvre d'actions préventives pour son équilibre personnel.

Programme pédagogique

Analyse de la demande

- Accueillir la demande spécifique de chaque stagiaire
- Analyse et clarification des demandes
- Exercice : recueil des objectifs individuels

Connaissance de soi (MBTI)

- Identifier son profil, être conscient de sa différence
- Conscience de ses points forts, de ses points faibles
- Identifier les potentiels, les valeurs, les styles personnels

Apprendre à s'ajuster dans la relation (AT)

- Comportements inadaptés et jeux psychologiques
- Communication au service de la relation
- Relation avec soi-même
- Relation avec l'autre
- Attitude assertive en situation de conflit

Apprendre à oser de nouveaux comportements

- Attitudes physique et verbale rassurantes
- Faire confiance à ses perceptions, ses émotions
- Avoir une gestion adéquate des signes de reconnaissance
- Communiquer autrement pour sortir des rapports de force

Désamorcer les tensions

- Savoir se détendre pour lâcher prise
- Conscience du corps et conscience de la respiration
- Passer du réagir à l'agir
- Faire du stress une opportunité de chaque instant

Exercices pratiques

- Indicateur de profil personnel, supports de réflexion
- Créativité, échange d'expériences, jeux de rôles,
- Apports théoriques et expérimentation de ces apports

Prérequis et public cible

Modalité d'évaluation pédagogique

Evalution des compétences acquises par les stagiaires :

A l'issue de la formation, un contrôle de connaissances permettra d'évaluer les compétences acquises par chaque participant.