

Mieux se connaître pour mieux agir et interagir

Public concerné et

niveau

Tout public

Prérequis

Réalisation d'un test

Méthodes mobilisées

mises en situations
exercices
test personnel

Matériels pédagogiques

Paperboard –
vidéoprojecteur
Distanciel : video
présentiel ou accès
à une plate-forme
pour travail
asynchrone

Support et outils

Fiches pratiques et
classeur A5

Encadrement

Quizz préalable
Débriefing préconisé
avec le supérieur.

Validation des acquis

Quizz fin de session

Objectif général de la formation

Identifier ses traits de personnalités et ses comportements privilégiés pour mieux gérer son temps et ses relations professionnelles

Programme

Résultats attendus

Jour 1

Détermination de mon profil personnel

Points d'appui et points de vigilance au regard de mon efficacité personnelle et relationnelle

Outils d'organisation et de gestion du temps

A la fin de la formation, les participants seront capables de :

Identifier leurs atouts et points de vigilance en termes d'efficacité personnelle et relationnelle

Organiser leur temps professionnel

Jour 2

Identification des situations à risque en termes de relation au regard du profil des participants

Trainings et apports de repères comportementaux et d'outils pour une meilleure coopération en fonction des profils

Traiter l'information efficacement

Structurer un travail

Mettre en œuvre des relations de coopération avec leurs interlocuteurs professionnels

Durée totale : présentiel – 2 jours – 14 heures

distanciel – 4 x 2h30 + 2 x 2h – 14 heures

Date(s), horaires et lieu : à définir

Tarif : à partir de 500 € HT par participant – attentifs à proposer des formations adaptées aux besoins spécifiques de nos clients, un devis pourra être affiné