

EFFICACITÉ PERSONNELLE ET COMMUNICATION

D
U
R
É
E

**Module
A17**

2+1 jours

EPCOM

Pré requis :

- Ne pas avoir suivi la formation « Connaissance de soi » ou « Animer des équipes îlots pour Animateurs de ligne

Objectifs :

- Mieux se connaître soi-même et les autres
- S'affirmer dans la communication avec tout interlocuteur et particulièrement dans et avec son équipe
- Adopter un comportement efficace face aux différents comportements dans les relations de travail individuelles
- Augmenter sa capacité à faire autorité, à faire respecter les objectifs de chacun dans le court terme
- Développer sa capacité à faire face aux situations de stress avec sérénité

P
R
E
-
R
E
Q
U
I
S
/
O
B
J
E
C
T
I
F
S

Programme

- Petites expériences pour comprendre comment l'adulte apprend
- Définir :
 - Ce qu'est l'affirmation de soi
 - Quand est-elle utile ?
 - Pour quoi faire ?
- Connaître ses propres comportements défensifs ou affirmés, selon les situations et les personnes
- S'estimer soi et les autres
- Etre reconnu et reconnaître les autres
- Se situer : autorité et statut d'Animateur de Ligne
- Développer des relations constructives et favoriser la confiance
- Faire face aux situations vécues comme difficiles : conflits, tensions, débordements, opposition, inertie
- Estimer quand intervenir, comment et pour quoi faire et/ou demander de l'aide
- Dire oui, non, avec discernement et fermeté
- Donner et recevoir des critiques de façon constructive

P
R
O
G
R
A
M
M
E