



Mieux se connaître pour mieux coopérer



Objectifs

- Permettre de mieux comprendre ses motivations et son mode de fonctionnement préférentiel
- Renforcer l'intelligence émotionnelle pour mieux gérer ses émotions et comprendre celles des autres
- Améliorer la qualité de la communication grâce à l'empathie, l'écoute active et les feedbacks constructifs.

Thématiques

- Les 5 drivers : test, forces, risques et antidotes
- Les leviers de motivations
- L'intelligence émotionnelle et la communication non violente
- L'empathie et l'écoute active
- L'art du feedback

Outils Pédagogiques

- Le test des 5 drivers
- Le jeu de cartes « moving motivators »
- Mise en situation et jeu de rôle
- Jeu de carte Thiagi et Grok
- L'Empathy Game

6 à 10
participants

1 jour
7 heures

Tarif inter
500€ HT

Présentiel

Nantes

Tarif intra et
sur-mesure
Nous contacter

Publics

Toute personne souhaitant améliorer ses relations professionnelles.

En situation de handicap ? Contactez-nous. Nos locaux et salles de formation sont accessibles aux personnes handicapées et répondent à la réglementation PMR.

Prérequis

aucun

Modalités d'évaluation et suivi

Recueil des besoins par questionnaire.

Évaluation des acquis : mises en situation et débrief, questionnaire d'autopositionnement en début et fin de session

Évaluation de satisfaction : questionnaire d'évaluation à chaud en fin de session et à froid au plus tard, 6 mois après la formation.

Bénéfices obtenus

- Mieux comprendre ses drivers et ses leviers de motivations
- Améliorer la qualité de ses relations professionnelles et sa communication
- Savoir décoder ses émotions et agir de façon appropriée
- Pouvoir donner des feedbacks constructifs et renforcer la confiance
- Savoir adapter sa posture en fonction du contexte