

# Faites vivre vos Compétences Psychosociales *Le plaisir d'apprendre*

Pour travailler sereinement en équipe il est indispensable de tonifier ses compétences psychosociales afin d'harmoniser les différentes dimensions relationnelles : l'écoute, la communication et la réflexivité.

## Programme de formation



**Durée : 3 JOURS**

**Horaires : 09h00-12h30 / 14h00-17h30**

**Dates : Merci de nous consulter**

**Lieu : A déterminer**



**Public concerné : Tout public**

**Prérequis : Aucun**

**Nombre de participants : De 6 à 12 personnes**



**Accessibilité aux personnes handicapées : merci de nous contacter**



**Prix : 950€ par personne**

En intra entreprise, merci de nous contacter pour le devis



**Formateur : Formatrice spécialisée dans l'accompagnement et l'analyse professionnelle**

**Contact : [contact@happy-learn-formation.fr](mailto:contact@happy-learn-formation.fr)**

**Tel : 07.69.44.72.04**



**Méthodes pédagogiques :**

**Apports théoriques**

**Débats / Echanges**

**Méthodes active et participative privilégiées**

**Evaluation formative**

## OBJECTIF :

- Pratiquer l'écoute Active et améliorer sa qualité de présence aux autres
- Pratiquer la communication bienveillante et améliorer sa qualité de présence avec les autres
- S'initier à la communication non violente
- Améliorer la qualité de sa pratique professionnelle
- Renforcer sa confiance en soi
- Favoriser le développement professionnel

## CONTENU :

- Découvrir et s'appropriier la démarche de l'écoute active point théorique / Mise en situation
- Définir la notion « d'émotions » et son rôle dans les relations : accueillir des émotions via l'outil « jeu de carte CNV »
- Découvrir et s'appropriier la démarche Communication Non Violente Point théorique / mise en situation
- Découvrir et s'appropriier la méthode réflexive, point théorique/ mise en situation
- Bilan