

Formation

Développer son intelligence relationnelle

★★★★☆ 4.5 (1 avis)

Durée : 2 jours (14h heures)

Intra et sur-mesure : nous consulter

Public

Manager ou collaborateur souhaitant améliorer ses relations avec les autres et bien utiliser son intelligence relationnelle.

Prérequis

Aucun

Programme de la formation

1. Développer son intelligence relationnelle

Accroître ses capacités d'écoute et d'observation pour des échanges apaisés Éviter le piège de la sympathie pour se protéger et établir une relation professionnelle saine Pratiquer l'écoute empathique et être un interlocuteur de qualité Identifier les zones de perception (émotion, pensée, action) et comprendre les types d'intelligence développés

2. Améliorer la connaissance de soi et comprendre ses modes de fonctionnement

Identifier ses valeurs pour comprendre ce qui structure et/ou limite Mettre en perspective ses freins et ses limites dans la communication Analyser et expérimenter mes motivations internes pour comprendre les comportements

3. Établir une relation fluide et de qualité

Créer une relation authentique avec son interlocuteur Identifier les différents canaux de perception et s'y adapter pour être mieux compris Pratiquer la synchronisation pour créer une « bulle » relationnelle confortable pour tous

Objectifs

- Identifier les styles relationnels pour m'adapter selon les personnalités et les situations
- Analyser mes habitudes comportementales
- Disposer d'outils et de techniques pour communiquer et développer son intelligence relationnelle.

Modalités pédagogiques

- 2 journées dédiées à la dimension relationnelle de ses échanges interprofessionnels
- Plus de 80% du temps dédié à la mise en pratique et au plan d'actions personnalisé
- Des mises en application, des exercices pratiques pour développer de nouvelles compétences relationnelles
- De multiples clés pour mieux se connaître et mieux comprendre les autres

Modalités d'évaluation

- Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen d'auto-évaluation, de QCM, mises en situation, travaux pratiques...
- Évaluation dès la fin de la formation, pour mesurer votre satisfaction et votre perception de l'évolution de vos compétences par rapport aux objectifs de la formation.
Avec votre accord, votre note globale et vos verbatims seront publiés sur notre site.
- Suivi des présences et remise d'une attestation individuelle de formation.