

# CYCLE PROFESSIONNALISANT DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL

## Soft Skills : Le développement humain, une clef vers la réussite professionnelle

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>OBJECTIFS</b>            | <ul style="list-style-type: none"><li>• Comprendre l'intérêt du « savoir-être » pour adopter les bonnes attitudes</li><li>• Identifier ses orientations culturelles et émotionnelles et maîtriser ses postures</li><li>• Apprendre à bien communiquer pour se faire reconnaître et apprécier</li></ul>  |
| <b>PROGRAMME</b>            | <b>MODULE 1 : IDENTIFIER LES PRINCIPES FONDAMENTAUX D'UNE BONNE RELATION AUX AUTRES</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Repérer les 3 compétences et identifier les habilités du « savoir-être ».</li><li>• Acquérir les réflexes « clés » d'observation, de synchronisation, de reformulation et d'écoute active</li><li>• Comprendre les notions de base d'une relation aux autres positive et réussie</li><li>• Pratiquer les bonnes attitudes du « savoir-être »</li></ul>  |
| 5 heures                    |   |
|                             | <b>MODULE 2 : S'APPROPRIER LES OUTILS D'UNE COMMUNICATION NATURELLE ET PERTINENTE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aborder la « questiologie » ou l'art de poser les bonnes questions</li><li>• Repérer l'état du « moi » et utiliser l'analyse transactionnelle pour surmonter les difficultés de communication</li><li>• Utiliser sa capacité émotionnelle pour mieux se connaître et améliorer sa relation avec les autres.</li><li>• Comprendre l'influence de ses orientations culturelles sur sa façon d'être</li><li>• Pratiquer la psychologie positive pour mener une vie en harmonie avec soi-même et les autres</li></ul> |
| 6 heures                    |   |
|                             | <b>MODULE 3 : RENFORCER SON ASSERTIVITÉ TOUT EN RESPECTANT LES AUTRES</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Accroître la confiance en soi et faire confiance aux autres</li><li>• S'affirmer de manière authentique et sans agressivité</li><li>• Sortir des conflits ou apprendre à concilier les points de vue</li><li>• Maîtriser la méthode DECS pour décrire sereinement une situation de désaccord</li></ul>  |
| 5 heures                    |   |
| 4 heures                    | <b>MODULE 4 : ATELIERS D'ENTRAÎNEMENT CENTRÉS SUR LES 7 COMPÉTENCES DE SAVOIR-ÊTRE</b>  |
| <b>DURÉE</b>                | <b>3 jours</b>  |
| <b>POPULATION CONCERNÉE</b> | Tout manager débutant ou confirmé ayant au moins 4 ans d'expérience   |