

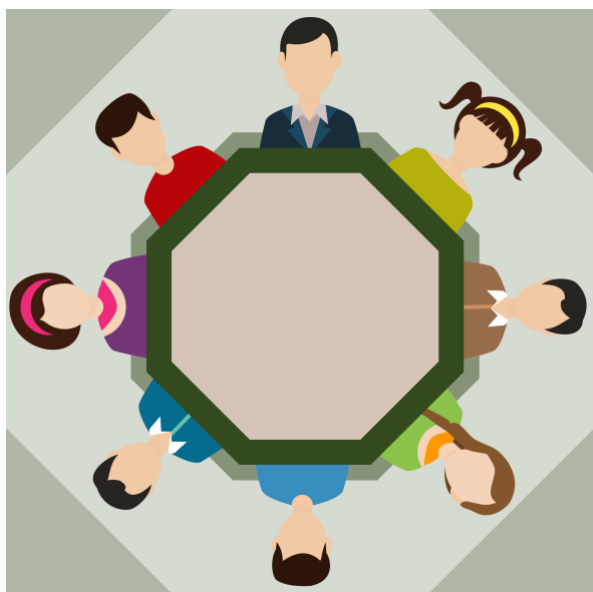


If, Conseil & Coaching

organise des sessions de formation en
communication interpersonnelle



Développer sa communication interpersonnelle
Et ses compétences émotionnelles
Pour des relations adaptées en entreprise



Vous vivez au quotidien l'entreprise actuelle et ses organisations transversales, dans lesquelles la collaboration et le mode de fonctionnement participatif sont prônés et valorisés et, où l'agilité est une compétence recherchée. Une évidence ! **Or, le succès de ces organisations et de leurs modes de fonctionnement dépend essentiellement de la qualité de la communication entre les personnes.**

Il est donc encore plus **vital** qu'avant de comprendre les enjeux et les pièges de la communication, le rôle des valeurs et des émotions dans la communication, savoir comment faire un feedback en cohérence avec soi-même...

Le programme Com'Agile proposé par If, Conseil & Coaching est une **réponse** pour mieux appréhender et vivre avec ces enjeux et **contribuer au succès de votre organisation**. Il associe un peu de théorie à beaucoup de pratique, des approches classiques et moins classiques, coaching et formation, et s'appuie sur des expériences terrain et notre expertise en accompagnement des hommes et des femmes en entreprise.

Pragmatique, apportant des outils et des approches opérationnelles, orienté action et changement, ce programme, en seulement 2 jours, vous permettra un **réel changement dans votre vision de la communication avec les autres, et dans votre attitude vis-à-vis de vos émotions.**



Le programme Com'Agile

Objectifs

- Communiquer efficacement dans le cadre de son activité professionnelle
- Choisir une attitude positive et en appréhender les implications sur soi et dans ses relations à autrui
- Comprendre le processus de gestion des émotions et leur rôle dans les interactions, afin de mieux appréhender ses propres émotions et les réguler en situation professionnelle
- Identifier ce qui est important pour soi dans une situation professionnelle
- Vivre des expériences en groupe permettant de travailler sur la posture « collaborative »
- Formaliser un plan d'actions individuel

Détails du programme

Découvrir

- Appréhender la communication, ses principes et ses enjeux
- Découvrir des outils pour mieux communiquer
- Identifier ses valeurs personnelles

Approfondir

- Comprendre le processus émotionnel et son rôle dans les interactions
- S'approprier des techniques pour mieux réguler ses émotions
- Comprendre que derrière nos valeurs ou une émotion, il y a un besoin

Pratiquer

- Exercices de réflexion individuels et en sous-groupes
- Cas pratiques, expérimentation des apports, exercices expérientiels
- Définition d'un plan d'actions individuel

Atouts du programme

- Animation par 2 coachs d'un petit groupe
- Agilité de l'animation s'adaptant aux participants et à la dynamique de groupe
- Travail individuel et en groupe
- Des apports multi-approches
- Un programme qui met en action et en développement les participants
- Programme en présentiel OU en virtuel (via Zoom)

Vos formatrices



Isabelle Ferlin

Master Coach accréditée EMCC, Formatrice,
Facilitatrice de Groupe

Laurence Margeat

Coach Senior Practitioner accréditée
EMCC, Formatrice, Praticienne
Narrative



Caractéristiques

Effectif : Groupe de 12 personnes
Langue de prestation : Français, Anglais
Durée : 2 jours (intra entreprise) + 1/2 journée de suivi (optionnel)
Horaires : 9h-17h00

Tarif de l'animation de 2 jours (hors repas et logistique) : 6 200 euros HTVA (à titre indicatif : 520 euros par personne pour un effectif de 12 personnes)

Formation éligible au cofinancement N° Agrément : 10027737/1

Pour toute information : +352 661 197 123 ; iferlin@ifconseil.com; www.ifconseil.com