



Anelyse Leduc

Membre d'e-FacilitAction certifiée Qualiopi



CATALOGUE 2023

Tél : 06 08 87 45 38

annelyse.leduc@gmail.com

www.annelyseleduc.com

FORMATIONS RELATIONS INTERPERSONNELLES

- Formatrice en communication interpersonnelle (prévention et résolution de conflits)
- Formatrice en insertion professionnelle
- Coache en qualité de vie au travail et dans la vie personnelle

FORMATION - 3 jours

- TRANSFORMER LES CONFLITS EN COLLABORATION

FORMATION - 1 jour

- OPTIMISER SES RELATIONS INTERPERSONNELLES

FORMATION - 1 jour

- COMPRENDRE ET GÉRER LA DYNAMIQUE CONFLICTUELLE

FORMATION - 1 jour

- DÉSAMORCER LES SITUATIONS BLOQUÉES

OBJECTIFS

- Être efficace pour atteindre ses objectifs
- Favoriser la collaboration et la motivation au sein de son équipe
- Adapter sa communication face à des personnalités différentes
- Identifier rapidement les facteurs de tensions afin de les désamorcer

LES ++

- *par ma méthode participative "enfilez ses talents"*
- *par l'acquisition de compétences*
- *par la pratique et l'expérimentation*
- *Formation multimodale en présentiel et/ou en distanciel + asynchrone*



Annelise Leduc

Tél : 06 08 87 45 38

annelise.leduc@gmail.com

www.anneliseleduc.com

FORMATION - 3 JOURS

TRANSFORMER LES CONFLITS EN COLLABORATION GRACE A L'INTELLIGENCE RELATIONNELLE

OBJECTIFS

Cette formation permet de favoriser l'**implication et l'adhésion** de chaque acteur au sein de l'entreprise, tout en les sensibilisant aux risques psychosociaux, renforcer la QVT (qualité de vie au travail) afin d'atteindre (au mieux) les objectifs de l'entreprise.

A l'issue de cette formation, le participant sera capable de :

- Maîtriser les fondamentaux de la communication interpersonnelle
- Utiliser ses propres ressources et développer sa confiance en soi
- Favoriser la cohésion d'équipe par des échanges collaboratifs efficaces
- Adapter sa posture face aux situations tendues ou bloquées
- Élaborer un plan d'action afin de prévenir les conflits avant qu'ils ne se déclarent.

DURÉE = 3 jours (21 heures)

- **Option 1** - 3 jours en présentiel
 - **Option 2** - Répartition sur six 1/2 journées en distanciel
- Travail personnel** en asynchrone

MÉTHODE PÉDAGOGIE

- Participative avec des apports théoriques et d'exercices pratiques
- Ludique au travers du Théâtre d'improvisation
- Interactive avec le codéveloppement

TARIF

- **Devis sur demande net de TVA** en présentiel ou /et en distanciel

PRE-REQUIS

- **Personne** confrontée à des situations tendues voir conflictuelles dans son milieu professionnel et souhaitant être en mesure d'y apporter des solutions pérennes

MODALITÉ D'ÉVALUATION

- Etude de cas
- Quiz
- QCM

PUBLICS

- Collaborateurs
- Managers
- Dirigeants

LIEU

- En présentiel en intra-entreprise
- En distanciel

INSCRIPTION

- par mail ou par téléphone
- délais d'accès : 1 mois avant