

DEVELOPPER UNE COMMUNICATION BIENVEILLANTE ENTRE VOS SALARIES

Des ateliers de formation pour une collaboration saine et efficace
& pour réduire les conflits en entreprise !

J'anime des ateliers de communication sur votre lieu de travail. Ces ateliers sont l'occasion pour les participants d'acquérir des nouveaux outils de communication au sein de l'entreprise et **utilisables pour l'ensemble de leurs relations !**

1- Présentation

Améliorer les relations des collaborateurs est aujourd'hui un levier d'évolution pour les entreprises sur plusieurs niveaux :

- Développer les compétences relationnelles
- Motiver au changement
- Favoriser l'équilibre vie pro/vie perso
- Améliorer la QVT

Développer les compétences de ses collaborateurs vers des modes de communication bienveillante

Une communication bienveillante est une communication positive, collaborative et respectueuse. Les outils appris en atelier sont présentés à partir de situations quotidiennes de la vie professionnelle, personnelle et familiale. Les outils sont plus faciles à « tester » dans le monde du travail car l'affect est moins important au bureau qu'au cœur de la famille. Aussi, les expérimentations à la maison permettront aux collaborateurs d'intégrer vraiment ces outils comme des réflexes au travail !

Motiver les collaborateurs à faire autrement

Prendre conscience des conséquences de nos modes de communication envers nos proches et nos collègues, nous permet d'accepter de nous remettre en cause. Modifier ses façons de parler et de penser en y trouvant du sens, c'est devenir un acteur responsable et engagé dans sa vie et dans son entreprise.

Favoriser l'équilibre vie pro/vie perso

Chacun sait que l'étanchéité entre la maison et le travail est relative... Laisser ses problèmes familiaux derrière la porte du bureau (et inversement) est mission impossible, notamment dans un contexte où

les familles monoparentales grandissent ! Alors, comprendre les émotions de ses proches, faire la part des choses entre émotions et comportements, poser les limites ..., permet d'être plus serein sur la gestion familiale et d'être ainsi plus efficaces et concentrés au bureau.

Améliorer la Qualité de Vie au Travail

L'apprentissage d'outils de communication bienveillante au sein de l'entreprise apportent sérénité et fluidité dans les échanges professionnels. C'est un moyen sûr de prévenir la gestion des conflits ou d'en faciliter la gestion. L'ambiance dans l'entreprise devient empathique et rend chaque salarié responsable du bonheur en entreprise.

2- Objectifs

Les ateliers de formation que je propose visent à permettre aux stagiaires de :

- Prendre du recul sur ses propres pratiques
- Acquérir des techniques de communication bienveillante
- S'entraîner à une posture d'écoute active (empathie, accueil sans jugement)
- Pratiquer des outils de communication non violente
- Devenir responsable de sa communication et de ses demandes
- Exprimer un désaccord, d'appréhender un conflit afin d'en sortir de façon positive (option)

3- Méthodologie

J'utilise beaucoup de situations professionnelles, personnelles ou familiales du quotidien pour favoriser les prises de consciences. Les stagiaires sont invités à vivre les situations présentées et à expérimenter les nouveaux outils entre eux.

J'anime ces ateliers avec une posture de coach pour optimiser les interventions et partages de façon à bien ancrer les processus de changement et de transformation des stagiaires.

Ces ateliers sont réalisés par groupe de 6 à 10 personnes volontaires et durent 2h30 chacun dans vos locaux. Les ateliers peuvent être regroupés sur 1 à 2 journées ou idéalement espacés chacun de 1 à 2 semaines.

4- Ateliers proposés et contenu

1/ Comment écouter vraiment l'autre ?

Prise de conscience de l'accueil des émotions

Neurosciences, émotions et empathie

Les clés pour moi et pour l'autre

2/ Comment dire les choses tout en restant en lien ?

Prise de consciences sur nos paroles

Personne et comportement

Les clés de la description

Faire une demande, méthode OSBD

3/ Comment changer son regard ?

Mon cadre de référence et celui de l'autre

Les besoins fondamentaux

Sortir du jugement

4/ Comment gérer et sortir du conflit ? (en option)

Le processus

Prendre appui sur des faits

Maîtriser son comportement

Sortir grandi du conflit

5- Cadre déontologique

Outre le professionnalisme que je mets au service des stagiaires et de l'entreprise, je m'engage à respecter le code de déontologie international de l'EMCC disponible ici :

https://www.emccfrance.org/wp-content/uploads/20170418_FR_WEB_livret.pdf

6- Honoraires

Chaque atelier représente un coût de 300€HT. Ils peuvent être commandés ensemble ou séparément.

Ils doivent faire l'objet d'un devis ajusté à votre demande et à la localisation de votre entreprise.