



# Agilité relationnelle et respect de l'autre

*L'agilité relationnelle est la capacité d'une équipe à communiquer et agir ensemble, en fonction du contexte, afin d'atteindre un objectif commun. Si agilité rime avec efficacité et performance, certaines conditions doivent être réunies.*

## LES OBJECTIFS

### DE LA FORMATION

- Développer sa capacité d'adaptation face aux différentes situations professionnelles du quotidien
- Développer des relations de travail harmonieuses
- L'agilité relationnelle comme un des leviers de la performance

## PUBLIC

- Manager, top manager, chef de projets

## PRÉ-REQUIS

- Pas de niveau minimum

## PROGRAMME (2 jours)

### #1 La communication au centre de la relation à l'autre

- Se faire comprendre et comprendre l'autre
- Non la confrontation n'est pas une confrontation
- « L'enfer c'est les autres », pas si sûr !

### #2 Développer son assertivité

- Différence entre affirmation de soi et assertivité
- Savoir débattre
- La relation comme émulation et non comme frustration

### #3 De la théorie à la pratique

- Autodiagnostic de sa communication
- Mise en situation dans un contexte professionnel
- Comment utiliser ses outils dans son quotidien professionnel

**Ce programme s'effectue sur 2 jours et les participants sont acteurs lors de mise en situation et exercices pratiques, ludiques et originaux sur chaque thème abordé.**

## MODALITES

- **Prochaines dates en inter-entreprises\*** : les 03 et 04/02/2020 et les 28 et 29/09/2020
- **Taille du groupe** : 8 participants maximum
- **Lieu** : la formation a lieu à Paris

\*Cette formation est également réalisable **dans votre entreprise**

## FORMATRICE

Mélanie Journeau est coach d'équipe et formatrice certifiée en communication relationnelle. Elle intervient depuis presque 10 ans auprès de publics très différents. Son expérience de comédienne, de plus de 20 ans, lui permet d'aborder ses coachings et formations avec une méthodologie active et originale, avec, comme seule ambition, de remettre l'humain au centre de l'entreprise.

