

## PROGRAMME : DEVELOPPER VOTRE AISANCE RELATIONNELLE

### OBJECTIFS DE FORMATION

- Comprendre votre dynamique relationnelle.
- Connaître les grandes règles de l'intelligence relationnelle.
- S'affirmer dans les différentes situations relationnelles

### PUBLICS CONCERNES

Toute personne ayant à développer son aisance relationnelle.

### PRE REQUIS

Aucun

### DUREE : 2 Jours

2 jours soit 14 Heures + 1 heure de visioconférence à 45 jours du stage + un accès à la plateforme collaborative pendant 3 mois.

## Programme détaillé :

### Comprendre votre dynamique relationnelle

Mieux se connaître pour développer des relations interpersonnelles harmonieuses.

Autodiagnostic personnalisé.

S'adapter au cadre professionnel : codes, normes, courtoisie et secret de la séduction.

Comprendre votre orientation relationnelle : tri sur vous ou tri sur les autres.

### La communication au service de la relation

Connaître les grandes règles de l'intelligence relationnelle : les secrets de la confiance en soi.

Savoir cultiver une image personnelle positive et engagée : le choix des mots positifs, le pouvoir d'ambiance renvoyé.

Pour se mettre au diapason, cultiver votre écoute active et votre observation des situations.

Connaître les codes pour mettre en cohérence votre image personnelle et professionnelle. Conseils personnalisés.

Renforcer votre cohérence personnelle en ajustant vos postures et expressions en fonction des situations (protocole, VIP...).

Travailler votre regard, votre façon de marcher pour gagner assurance.

### S'affirmer dans les différentes situations relationnelles

Savoir vous présenter de façon valorisante dans une assemblée, lors d'une soirée.

Comment oser engager la conversation en cultivant votre aisance personnelle ?

Faire valoir votre point de vue et savoir l'argumenter tout en respectant celui de vos interlocuteurs.

Savoir gérer les personnalités déstabilisantes : les parades à la manipulation.

Augmenter votre pouvoir de persuasion en maîtrisant les phrases clés.

Elaborer votre plan d'action pour votre suivi post formation.

*Bâtir votre plan de progression en vue du suivi post formation.*

## PROGRAMME : DEVELOPPER VOTRE AISANCE RELATIONNELLE

### INTERVENANT

Conseil en Communication et Développement Personnel. Coach en image personnelle.

### DELAI D'ACCES

#### Formation Intra-entreprise :

Toutes nos formations sont réalisables à la date qui vous convient

#### Formation Inter-entreprise :

Consultez le calendrier joint ou connectez-vous sur notre site. [www.activpartners.com](http://www.activpartners.com)

Contactez-nous au : 01 44 72 86 85

Ou par mail :

[inscription@activpartners.fr](mailto:inscription@activpartners.fr)

### TARIF

#### Tarif inter-entreprise :

1140€ HT

#### Formation individualisée :

1350€ HT/ jour

**Tarif intra-entreprise :** Devis sur mesure, nous contacter

### ACCESSIBILITE

La formation est accessible aux personnes handicapées sans discrimination. Pour toute demande particulière, des aménagements peuvent être mis en place pour accueillir, dans des conditions propices à leur réussite, les personnes en situation de handicap.



### Programme détaillé :

#### METHODES FILMS ET SUPPORTS PEDAGOGIQUES

Active, stimulante et interpellante.  
Situations filmées et analysées en groupe.  
Plan d'action relationnel

#### MODALITES D'EVALUATION

Test amont.  
Test final.  
Remise d'une attestation de compétences en fin de formation.

## ATOUT +

Les nombreux exercices.  
La carte relationnelle.  
Les conseils du coach en image..