SKILLS CAMPUS
Training & Certification Center

L'Elément Humain®, niveau 1 : fortifier sa posture managériale agilité relationnelle et performance

-Réference: **ML-51** -Durée: **2 Jours (14 Heures)**

Les objectifs de la formation

- Elargir la connaissance de soi et des autres pour développer ses relations Se faire confiance et remettre en question certaines croyances limitantes S'affirmer avec authenticité dans la manière de se comporter et d'assumer ses responsabilités Prendre en compte les ressentis sous-jacents aux comportements pour optimiser ses stratégies relationnelles Surmonter les rigidités comportementales qui sont les freins majeurs à la performance

A qui s'adesse cette formation ?

POUR QUI :

- Dirigeants, responsables d'entité, managers hiérarchiques ou transverses.

Programme

- **Pratiquer l'ouverture à soi et aux autres**
  - Expérimenter et comprendre la double dynamique d'ouverture à soi et à l'autre.
  - Identifier les différents niveaux de conscience dans la communication.
  - Utiliser la méthode d'ouverture pour résoudre les difficultés relationnelles.
  - Travaux pratiques Exercice: de groupe, partage d'expériences, grille d'analyse, application à des cas personnels.
- **Accroître sa détermination personnelle**
  - S'interroger sur sa capacité de choix et de responsabilité personnelle dans sa vie.
  - Comprendre l'impact de ses choix sur les habitudes de penser et de se comporter.
  - Prendre conscience de sa capacité à changer ses habitudes.
  - Travaux pratiques Mise en situation et débriefing, apport conceptuel, discussion de groupe, partage de vision.
- **Améliorer sa dynamique comportementale**
  - Développer la connaissance de soi et des autres dans les trois types de comportement : inclusion,

Programme

contrôle et ouverture.

- Identifier les ressentis aux trois comportements FIRO® : sentiments d'importance, de compétence, d'amabilité.
- Comprendre les peurs sous-jacentes aux trois comportements.
- Clarifier la notion d'estime de soi par rapport à son image de soi et comprendre l'incidence sur les comportements.
- Travaux pratiques Visualisation, auto-évaluation et feedback FIRO® Behavior, exercices de groupe, storytelling appréciatif.

- **Devenir plus agile en se libérant de ses rigidités comportementales**
  - Identifier les comportements défensifs préférentiels pour se protéger de ses peurs archaïques.
  - Déterminer des pistes d'action pour mieux gérer les comportements défensifs.
  - Fortifier l'estime de soi pour surmonter les rigidités comportementales et accroître son agilité.
  - Travaux pratiques Jeu de rôle avec débriefing, autodiagnostic, plan personnel pour fortifier son estime de soi et son agilité.

(+212) 5 22 27 99 01

(+212) 6 60 10 42 56

Contact@skills-group.com

Nous sommes à votre disposition :
De Lun - Ven 09h00-18h00 et Sam 09H00 – 13H00

Angle bd Abdelmoumen et rue Soumaya, Résidence Shehrazade 3, 7éme étage N° 30
Casablanca 20340, Maroc