

Sophie PARISOT

06 27 02 81 34

sophie.parisot@gmail.com

<http://www.sophieparisot.com>

**Facilitateur &
Activateur
d'amélioration
continue**



**« Comprendre et
améliorer les
relations
interpersonnelles en
entreprise »**

Programme

- Les comportements de défense
- L'inclusion, le contrôle et l'ouverture
- La conscience de soi et le changement
- Les climats et les rôles
- La compatibilité d'équipe

Format

1 jour de formation et d'ateliers pratiques

Equipe de 5 à 15 personnes ayant régulièrement l'occasion de travailler ensemble

Aucun niveau de connaissance requis

Possibilité d'intervenir en dehors de l'entreprise (devis sur demande)

Prise en charge possible par votre OPCA

Programme détaillé de la journée

1. Introduction de la journée

- Relations humaines et appréciation de la performance
- Emotions, comportements et prise de décision

2. Les comportements de défense

- Les 6 mécanismes de défense
- Cas pratique : réflexion individuelle et collective

3. L'inclusion, le contrôle et l'ouverture

- Les 6 comportements et émotions
- Inclusion et importance
- Contrôle et compétence
- Ouverture et « amabilité »
- Cas pratique : réflexion individuelle et collective

4. La conscience de soi et le changement

- La vérité
- La conscience de soi et l'estime de soi
- Le changement
- Cas pratique : réflexion individuelle et collective

5. Les climats et les rôles

- Les (in)compatibilités de climat
- Les (in)compatibilités de rôle
- Cas pratique : réflexion individuelle et collective

6. La compatibilité d'équipe

- La maturité de l'équipe
- Cas pratique : réflexion individuelle et collective

7. Conclusion de la journée

- Plan d'actions individuel et collectif