



# Formations secteurs / métiers

Pour travailler la polyvalence en  
entreprise. Pour partager son savoir-faire.  
Pour élargir ses compétences métier.

# Cultivez vos relations humaines



Durée :  
21h - 3 jours

## → INTRA-ENTREPRISE

2 à 8 personnes - 3 300€ H.T.

Formation sur demande

FRANCE

## 1-2 Programme

### → JOUR 1

#### Retour d'expérience

Partage et retour d'expérience : identifier les problématiques rencontrées.

#### Besoins relationnels

Prendre conscience de son image et de ses comportements envers les autres.

#### Développer ses savoir-faire comportementaux et relationnels

Relations interpersonnelles et comportements : Comment interagir ensemble – les types de personnalités ? Faire en fonction de différentes attitudes.

Développement grâce à l'apport d'outils issus de la psychologie comme le MBTI®.

### → JOUR 2

#### Travailler la communication, développer ses qualités de communicant – les techniques de communication

Les règles de la communication.

La prise de parole en public.

Travailler sa posture.

L'écoute active.

La communication non violente.

#### Savoir décrypter les situations de travail

Apprendre à observer, s'interroger, analyser.

Communication interculturelle.

### → JOUR 3

#### Travailler ensemble dans un contexte en tension et en perpétuelle évolution

Construire le changement ensemble : les 3 phases d'accompagnement et les phases d'adaptation des individus.

Les techniques de résolution des conflits : Quelle technique utiliser en fonction d'une situation, d'individus ?

#### Action

Définir un plan d'action en sous-groupes : ateliers (espace libre, temps libre). Élaboration de votre plan d'action en fin de formation.

### → CONCLUSION

Accompagnement personnalisé dans 3 à 6 mois (3 heures) :

Retour sur la mise en place dans votre entreprise.

## INDICATEURS QUALITÉ – NOS FORMATIONS

Taux satisfaction :

9,3/10

Chiffres stagiaires :

4111 heures

Nbr 550 stagiaires

## PRÉ- INSCRIPTION

Cliquez sur ce lien



## VOTRE FORMATEUR

Découvrez son profil



## ☆ Objectifs

Développer ses **compétences relationnelles**, connaître ses **besoins relationnels**.

Développer des **méthodes de communication** pour se faire entendre et comprendre.

Développer une **posture de communicant** en fonction d'un contexte donné.

Savoir **gérer les conflits**.

Être capable d'**adapter son discours** en fonction de son milieu professionnel.

Savoir **décrypter les situations de travail**.

Être capable d'**analyser et comprendre les freins au changement**.

Savoir **organiser la conduite du changement**.

## → Modalités d'accès

### → Public

Responsable des ressources humaines ou responsable d'équipe.

### → Prérequis

Aucun. Questionnaire de positionnement et d'évaluation des acquis en entrée de formation.

### → Accessibilité PSH

Politique d'accessibilité et conditions d'accès pour les personnes en situation de handicap : [cliquez ici](#)

Contact référent handicap : David SALVADORE – 0648282667 – [info@5sens-conseils.com](mailto:info@5sens-conseils.com)

### → Délais et modalités d'accès

15 jours entre la demande et le démarrage de la formation. Jusqu'à 2 mois pour les personnes en situation de handicap (en fonction de l'aide à mettre en place).

L'accès à la formation est possible après avoir complété une demande d'inscription (en ligne ou formulaire du programme), avoir signé un devis et une convention de formation.

### → Méthodes et moyens mobilisés

Alternance d'apports théoriques et de mises en application via des jeux de rôles, études de cas et mises en situation.

Accès en ligne aux ressources pédagogiques et documentaires (échanges, contenus pédagogiques, quiz).

Développement grâce à l'apport d'outils issus de la psychologie comme le MBTI®.

Salle avec écran et paper board.

Documents supports de formation projetés.

### → Modalités de suivi et d'évaluation

Évaluations formative pendant la formation (quiz, mises en situation, études de cas) et sommative en fin de formation (quiz ou présentation de projet).

Certificat de réalisation sur les compétences acquises.

Questionnaire d'évaluation à chaud et à froid (J+30 à J+90).

Feuille d'émargement.



**5 sens  
conseils**

## Nous contacter

 [info@5sens-conseils.com](mailto:info@5sens-conseils.com)

 06.48.28.26.67



[5sens-conseils.com](https://www.5sens-conseils.com)

Raison sociale de l'organisme de formation : 5 SENS CONSEILS SASU (5SC)  
N° SIRET : 802 454 801 00027, enregistrée au RCS de Strasbourg.  
Code APE 8559 A - Formation continue d'adultes.  
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 21 51 01731 51 auprès du préfet de région du Grand-Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.  
Adresse : 4 quai Koch, 67000 Strasbourg