




# Formations secteurs / métiers

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

# Cultivez vos relations humaines

 **Durée :**  
3 jours - 21 heures

→ **INTRA-ENTREPRISE 2 à 8 personnes 3 300€ H.T.**

Formation sur demande.

France

→ **INTRA-ENTREPRISE 2 à 8 personnes 1 500€ H.T.**

Reims, Paris, Strasbourg

## 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 ?

### → Conclusion

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

Accompagnement personnalisé dans 3 mois (2 heures) : retour sur la mise en place dans votre entreprise.

## Objectifs

**Développer ses compétences** relationnelles

**Savoir gérer** les relations interpersonnelles.

**Acquérir des méthodes de communication,** se faire entendre et comprendre, être capable d'adapter son discours.

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

**Savoir décrypter** les situations de travail.

**Savoir organiser** la conduite du changement, gérer les conflits.

## 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.

### → 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. Développement grâce à l'apport d'outils issus de la psychologie comme le MBTI®. Accès en ligne aux ressources pédagogiques et documentaires (échanges, contenus pédagogiques, quiz). Salle avec écran et paper board. Documents supports de formation projetés.

### → Délais 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).

### → Accessibilité

Formation accessible et adaptée aux publics en situation de handicap. En savoir plus : [aides et formations adaptées](#).

### → Modalités 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.

# Bulletin de préinscription



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

Intitulé de la formation : \_\_\_\_\_

Choix des dates : \_\_\_\_\_

Format :  Inter-entreprise  Intra-entreprise

## Entreprise

Nom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_

## Responsable de formation ou signataire de la convention

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_

Email : \_\_\_\_\_

**Formation intra**      Nombre de participants : \_\_\_\_\_

ou

**Inscription individuelle (inter-entreprise)**       Mme       M.

Nom : \_\_\_\_\_      Prénom : \_\_\_\_\_

Fonction : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_      Email : \_\_\_\_\_

## Règlement de la formation

Entreprise : \_\_\_\_\_

Adresse\* : \_\_\_\_\_

\*Si différente de celle mentionnée ci-dessus

OPCO / Organisme paritaire collecteur (nom, adresse) : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Je reconnais avoir pris connaissance  
des [conditions générales de vente](#)

En cochant cette case, vous acceptez que les informations vous concernant fassent l'objet d'un traitement informatique destiné au service formation de 5 Sens Conseils et soient utilisées aux seules fins de « gestion des stages ». La durée de conservation de ces données est de 3 ans. Conformément au règlement européen 2016/679 du 27 avril 2016, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification, de portabilité et d'effacement des informations qui vous concernent en vous adressant au délégué à la protection des données : [info@5sens-conseils.com](mailto:info@5sens-conseils.com). Vous avez la possibilité d'introduire une réclamation auprès d'une autorité de contrôle.

Date :

Cachet et signature obligatoires :



## 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.  
Numéro de certificat QUALIOPi n°B00104 délivré par l'ICPF.  
Adresse : 4 quai Koch, 67000 Strasbourg