

Développer sa flexibilité comportementale

Cours Pratique de 2 jours - 14h

Réf : FLE - Prix 2025 : 1 590 HT

Le monde professionnel, toujours en évolution, demande aux managers et collaborateurs de plus en plus de flexibilité. Il est donc indispensable de développer ses capacités d'écoute et d'observation, de prendre en compte les changements, de s'adapter aux nouveaux objectifs tout en conservant leur capacité d'initiative.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation l'apprenant sera en mesure de :

Comprendre les comportements générés par le changement

Identifier son processus d'évolution

Développer son sens de l'écoute et de l'observation

Calibrer ses comportements sur ceux de son interlocuteur

Définir un scénario de réussite

TRAVAUX PRATIQUES

Autodiagnostic, tests. Mise en situation active. Jeux de rôles.

Échange d'expérience. Débrief personnalisé.

LE PROGRAMME

dernière mise à jour : 05/2024

1) L'acceptation du changement

- Comprendre les influences des changements.
- Accepter le cycle de maintenance.
- Mettre en place la spirale d'évolution.
- Accepter les changements.
- Identifier les comportements non efficaces mis en place lors de changements.
- Maîtriser le stress induit par le changement.

Travaux pratiques : Test d'auto-positionnement et analyse des résultats. Mises en situation sur cas "entretien évolution projet". Analyse des séances en groupe.

2) La gestion de son évolution

- Gérer le processus d'évolution personnelle.
- Identifier les phases de l'évolution. Identification, adaptation, analyse, construction.
- Favoriser son processus d'évolution.
- Reconnaître ses freins aux développements.
- Lever les freins aux développements.
- Combattre les habitudes et développer sa souplesse.

Travaux pratiques : Mises en situation sur cas "entretien repositionnement projet". Analyse des séances en groupe.

3) La flexibilité relationnelle : être à l'écoute

- Développer son sens de l'écoute et de l'observation.
- Identifier les filtres naturels de l'écoute et leurs conséquences.
- Reconnaître les "états du moi" dans les échanges.
- Adopter les bons "états du moi" en fonction de votre interlocuteur.

PARTICIPANTS

Toutes les personnes, managers et collaborateurs, souhaitant développer leurs compétences d'adaptabilité dans un contexte de changement.

PRÉREQUIS

Aucune connaissance particulière.

COMPÉTENCES DU FORMATEUR

Les experts qui animent la formation sont des spécialistes des matières abordées. Ils ont été validés par nos équipes pédagogiques tant sur le plan des connaissances métiers que sur celui de la pédagogie, et ce pour chaque cours qu'ils enseignent. Ils ont au minimum cinq à dix années d'expérience dans leur domaine et occupent ou ont occupé des postes à responsabilité en entreprise.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques...

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Les moyens pédagogiques et les méthodes d'enseignement utilisés sont principalement : aides audiovisuelles, documentation et support de cours, exercices pratiques d'application et corrigés des exercices pour les stages pratiques, études de cas ou présentation de cas réels pour les séminaires de formation.
- À l'issue de chaque stage ou séminaire, ORSYS fournit aux participants un questionnaire d'évaluation du cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.
- Une feuille d'émargement par demi-journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'une attestation de fin de formation si le stagiaire a bien assisté à la totalité de la session.

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription doit être finalisée 24 heures avant le début de la formation.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Vous avez un besoin spécifique d'accessibilité ? Contactez Mme FOSSE, référente handicap, à l'adresse suivante psh-accueil@orsys.fr pour étudier au mieux votre demande et sa faisabilité.

- Positionner ses comportements et ceux de l'interlocuteur.

Travaux pratiques : Mises en situation sur cas "entretien recadrage professionnel". Analyse des séances en groupe.

4) La flexibilité relationnelle : adapter ses comportements

- Identifier et accepter les valeurs et critères de votre interlocuteur.

- Calibrer ses comportements sur son interlocuteur pour assurer l'objectif.

- Reformuler et recadrer le message.

- Mettre en place les facteurs constitutifs de la confiance.

- Définir un scénario de réussite.

- Redéfinir les objectifs réalisables et quantifiables.

- Développer votre motivation au changement et celle de votre interlocuteur.

Travaux pratiques : Mises en situation sur cas. Analyse des séances en groupe.

LES DATES

CLASSE À DISTANCE

2025 : 30 juin, 29 sept., 18 déc.

PARIS

2025 : 23 juin, 22 sept., 18 déc.