

Connaissance de Soi et des Autres pour Collaborer efficacement

Lien : https://maroc-performance.com/formation/connaissance-de-soi-et-des-autres-pour-collaborer-efficacement

DURÉE
5 jours (35h)

RÉFÉRENCE
DP11

CATÉGORIE
Développement de votre Potentiel

Maroc Performance

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Comprendre ses attitudes, comportements et choix et leurs impacts sur les autres
- Débloquer les attitudes rigides, sources de mésentente et d'inefficacité au travail

POUR QUI ?

- Manager de proximité
- Agent de maîtrise ou technicien
- Collaborateur et assistante pour qui la qualité des relations est un atout majeur dans l'exercice de leur fonction



Programme détaillé

1 / Connaitre les principes fondamentaux de la confiance

- Etre lucide avec soi-même
- Parler vrai
- Détermination personnelle

2 / Adopter des comportements appropriés à ses relations

- "Comment j'agis envers les autres; comment les autres agissent envers moi"
- Connaître et comprendre ses comportements face aux autres
- Choisir les comportements qui fluidifient la relation
- Identifier l'image que l'on renvoie aux autres

3 / Augmenter sa détermination personnelle

- Identifier ses véritables responsabilités dans une situation
- Savoir choisir plutôt que subir
- S'impliquer selon son choix
- Agir en situations délicates ou tendues avec détermination
- Repérer ce qui vous retient pour avancer et apprendre à s'en libérer

4 / Améliorer sa relation aux autres

- Prendre conscience des sentiments des autres à son égard
- Mettre à jour ses sentiments dans les relations
- Décoder et accepter ceux des autres

Maroc Performance

- S'investir dans l'action en tenant compte de ses perceptions

5 / Mieux réussir avec les autres

- "Comment je me perçois et ce que je ressens à mon égard"
- Développer la confiance en soi
- Développer l'estime de soi
- Dépasser ses rigidités personnelles
- Mettre en lumière ses motivations personnelles profondes
- Réussir ses changements en s'appuyant sur une image de soi positive

6 / Utiliser la méthode au quotidien

- Entrer en contact avec plus d'aisance
- S'exercer à plus de flexibilité et d'agilité
- Exprimer ses ressentis et émotions
- Mettre en œuvre les acquis au fil de la formation

Approche pédagogique

- ✔ Support Ecrit et Projection
- ✔ Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- ✔ Brainstorming et Jeux de Rôle
- ✔ Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- ✔ Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- ✔ Test de Validation des Acquis des Connaissances

Maroc Performance

Prochaines dates programmées

04 au 08 Jan. 2027	Présentiel - Casablanca
01 au 05 Mars 2027	Présentiel - Casablanca
26 au 30 Avr. 2027	Présentiel - Casablanca
21 au 25 Juin 2027	Présentiel - Casablanca
16 au 20 Août 2027	Présentiel - Casablanca

Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

Réservation & Renseignements

Téléphone : +212 522 247 210
Email : contact@maroc-performance.com
Web : https//www.maroc-performance.com

Maroc Performance — Tous droits réservés

Maroc Performance