

# ADAPTER SON COMPORTEMENT AUX SITUATIONS

## OBJECTIFS :

Identifier son comportement et celui de ses interlocuteurs, améliorer sa communication, adapter son attitude, enrichir et nuancer son comportement

## PROGRAMME :

### Identifier son comportement et celui de ses interlocuteurs

- Définir ses modes de comportement
- S'appuyer sur ses attitudes réflexes pour progresser
- Connaître les freins propres à son fonctionnement
- Décrypter les attitudes de ses interlocuteurs
- Comprendre l'impact de son propre comportement

### Améliorer sa communication

- Analyser les principes de la communication
- Observer les facteurs d'une bonne communication
- Définir l'importance du non dit et du ressenti
- Établir le bilan de ses relations
- Enrichir ses modes de communication

### Adapter son attitude, enrichir et nuancer son comportement

- Distinguer ses différentes attitudes dans sa relation avec les autres
- Identifier des zones de progression possibles
- Evaluer ses capacités de changement
- Acquérir les bons comportements face à certaines attitudes
- Définir clairement sa position
- Développer des méthodes pour contrer ses habitudes négatives
- Personnaliser sa communication
- Établir une relation de parité avec ses interlocuteurs
- Exprimer des signes positifs dans ses relations

## À SAVOIR

### Dispositif :

Inter – Intra

### Public :

Tout public

**Pré requis :**

Aucun

**Méthodes et modalités pédagogiques :**

Méthodes actives, complétées par les apports de l'intervenant.

Présentiel – Distanciel

**Moyen d'encadrement :**

L'animation est assurée par des consultants praticiens de l'entreprise

**Modalités d'évaluation :**

Mise en situation

**Validation :**

Certificat de réalisation et attestation des acquis

## **Organisation**

**Durée :** 3 jours

**Tarifs**

En Inter : voir planning

En Intra : nous consulter

**Lieu :** FDME / en entreprise

**Délais d'accès :** 2 à 4 semaines

**Modalités d'accès :** pré-inscription

## **CONTACT**

[01 60 79 74 21](tel:0160797421)

[formation.continue@fdme91.fr](mailto:formation.continue@fdme91.fr)

## **ACCESSIBILITÉ**

### **aux personnes en situation de handicap**

Site et formations accessibles\* aux Personnes en situation de handicap ou situations pénalisantes ponctuelles. Contacter le référent handicap sur [mission.handicap@fdme91.fr](mailto:mission.handicap@fdme91.fr)

\* des aménagements pourront être nécessaires le cas échéant sur demande de l'intéressé