

Formation Analyse comportementale

Avec notre formation « Analyse transactionnelle », découvrez votre profil (parent, enfant, adulte) et comment mieux l'adapter dans votre vie professionnelle.



Avec Skillsday, vos collaborateurs seront capables de :

Découvrir les trois profils (parent, adulte et enfant) et leurs interactions

Comprendre les mécanismes psychologiques des rapports humains pour pouvoir agir dessus

Apaiser leurs relations professionnelles en modulant leur communication

Le programme de la formation :

01 Intro pour les pros

- Découvrez comment cela se passe dans le contexte de l'entreprise
- Apprenez ce qu'est de l'analyse transactionnelle
- Comprenez les différentes facettes d'une personnalité

02 Un moi au trois visages

- Êtes-vous plutôt parent, enfant ou adulte ? Découvrez votre profil grâce au quiz
- Apprenez à reformuler vos idées pour réagir en « adulte »
- Découvrez les aspects sur lesquels travailler selon votre profil

03 Savoir dialoguer

- Faites une mise en pratique : reconnaître les profils et adaptations dans différentes saynètes
- Découvrez l'attitude, le vocabulaire et la gestuelle des trois profils
- Utilisez cette analyse pour vous sortir d'une situation épineuse
- Lancez un atelier pour rééquilibrer les relations dans votre équipe
- Entraînez-vous à trouver la bonne attitude grâce à une mise en situation concrète

04 Je donne et je reçois

- Découvrez les besoins fondamentaux de l'homme
- Apprenez les freins et blocages dans la communication professionnelle
- Familiarisez-vous avec une reconnaissance quotidienne

05 Ma vie en équipe

- Décortiquez les échanges sociaux
- Apprenez la multitude d'échanges que peut avoir un leader dans une journée
- Découvrez les petites actions importantes à mettre en place dans une journée

06 Prêt pour l'échange !

- Excellez dans les connaissances et la mise en pratique d'améliorations de vos relations pro
- Entraînez-vous en mettant au défi vos collègues en duel
- Validez votre formation grâce aux compétences acquises
- Obtenez votre certificat en remportant le challenge final

Les modalités disponibles

- Mobile / e-learning

Les formats disponibles



La durée

60 minutes en mobile ou e-learning, pour les autres modalités : nous consulter

Langue

