

FORMATION COMMUNICATION INTERPERSONNELLE EN ENTREPRISE

Accords Toltèques.

Communication interpersonnelle & intelligence relationnelle



OBJECTIF GÉNÉRAL

Une formation concrète et opérationnelle pour découvrir les Accords Toltèques et renforcer des relations professionnelles plus claires, bienveillantes et alignées grâce à une communication consciente



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, chaque participant sera capable de :

- Améliorer la communication interpersonnelle,
- Renforcer l'intelligence relationnelle
- Cultiver une posture de responsabilité et de clarté dans les échanges



COMPETENCES VISEES

- Clarifier et apaiser sa communication, même en contexte tendu
- Identifier ses filtres d'interprétation et ses réactions automatiques
- Adopter une posture plus consciente et assertive dans ses interactions
- Construire un climat de confiance et de respect mutuel en équipe



PROGRAMME DE LA JOURNÉE

Module 1 : Que votre parole soit impeccable

Objectif :

- introduction aux accords toltèques
- Clarifier l'impact des mots, jugements et formulations
- Prendre conscience de son langage interne

NOTIONS ABORDEES

- 3V, COmmunicaiton Non Violente (CNV), approche DISC

Module 2 : N'en faites pas une affaire personnelle

- Prendre du recul sur les situations
- Développer son estime de soi
- Prendre conscience de l'impact de nos émotions

NOTIONS ABORDEES

Jeux des carrés magique, fonctionnement des émotions

Module 3 : Ne faites pas de suppositions

- Identifier les interprétations et croyances spontanées
- Clarifier les échanges sans projeter
- Améliorer notre compréhension des autres

NOTIONS ABORDEES

Biais cognitifs, La puissance des interprétations

Module 4 : Faites toujours de votre mieux

- Cultiver un engagement ajusté
- Développer bienveillance et écologie personnelle
- Cercle de parole, engagements réalistes

NOTIONS ABORDEES

- Talents et Compétences, Faire des demandes



MODALITES PRATIQUES



Durée :
1 journée (7 h)



Pré-requis :
Aucun prérequis nécessaire



Format :
Présentiel, Distanciel



Public :
Dirigeants ,Managers et Collaborateurs
souhaitant améliorer son efficacité relationnelle



Lieu :
À déterminer
Au sein de votre organisation



Accessibilité Handicap
Toute personne en situation de handicap peut accéder à nos formations (présentiel ou en distanciel). L'accessibilité est étudiée au cas par cas par notre référente handicap
Mylène RIDEL : mridel@smyleteam.fr ou 06.98.24.26.18



Tarifs

Formation Intra-entreprise uniquement : à partir de 1 600 € HT
Sur mesure : Devis personnalisé sur demande.
Financement OPCO possible (nous contacter pour vérifier l'éligibilité)



MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DÉLAIS D'ACCÈS

- **Délai d'accès** : formation accessible dans un délai de 4 à 6 semaines après réception de la convention signée.
- **Recueil des besoins** : un entretien de recueil des besoins est réalisé en amont avec le commanditaire afin d'adapter le programme aux enjeux spécifiques du groupe.



MODALITES PEDAGOGIQUES

- Pédagogie expérientielle et inversée : la théorie vient éclairer ce que les participants ont déjà vécu, ressenti ou observé
- Apports conceptuels calibrés : courts, ciblés, introduits après une mise en situation ou un exercice d'introspection. Juste ce qu'il faut pour nommer et structurer, sans sacrifier la pratique
- Travail en sous-groupes : au cœur du dispositif, chaque participant analyse ses propres situations professionnelles, confronte ses perceptions et construit des prises de conscience
- Intelligence collective du groupe : les échanges entre pairs deviennent eux-mêmes un outil pédagogique
- Auto-évaluations et introspection guidée : les séquences intègrent un temps personnel de réflexion pour ancrer les apprentissages dans son propre fonctionnement
- Mises en situation sur cas réels : les participants travaillent à partir de leurs propres situations professionnelles.
- Engagement personnel en fin de formation : chaque participant repart avec un plan d'action ancré dans son quotidien



EVALUATION DES ACQUIS

Les acquis sont évalués tout au long de la formation à travers :

- des mises en situation,
- des auto-évaluations guidées
- des feedbacks individualisés.
- Un questionnaire de validation des acquis est proposé en fin de formation.
- Un questionnaire de satisfaction est remis à chaque participant en fin de formation.
- Un questionnaire de suivi à 3 mois permet d'évaluer le transfert dans la pratique professionnelle réelle.



SUIVI DE L'EXECUTION

- Feuilles d'émargement par demi-journée
- Attestation de fin de formation
- Certificat de réalisation.



CONTACT

Mylène RIDEL
mridel@smyleteam.fr
+33 6 98 24 26 18

