Encadrement - maitrise

Manager Encadrer

L'humour pour favoriser une relation positive

Code FC 62 22 - **Mise à jour** 06/01/2023

Formation
Continue

Démarrage
Sur demande



Objectifs et savoir-faire attendus

oApporter des outils de transformation pour mieux appréhender les situations de la vie professionnelle

oAugmenter le bien-être au travail et la bienveillance entre les personnes

Contenu de la formation

o Temps d'accueil

o Amorçage
• Briser la glace
• Exercices de présentation avec notamment le jeu «je connais l'autre et je l'amuse »
• Présentation des idées sur les relations humaines et l'humour
• Comprendre les leviers de l'humour et ses bienfaits
• Apports théoriques et notamment : Les nouvelles applications et expériences des relations en milieu de travail
• Préparation physique
• Exercices de détente corporelle : mini-relaxation, exercices d'étirement…

o Situations relationnelles
• Favoriser l'échange et les questionnements sur les situations professionnelles difficiles
• (Client en colère ou de mauvaise foi, annonce d'une mauvaise nouvelle, prise de parole devant un public réfractaire…)
• Garder ce qui est pertinent dans la communication et retenir les pistes d'amélioration ' (apports des fondamentaux de la Gestalt et de l'intelligence émotionnelle)
• Décoder les enjeux et les peurs derrière tous les conflits
• Savoir accompagner les émotions pour les contenir et développer son écoute pour les soutenir
• Mises en situations filmées permettant à chacun de découvrir son mode de fonctionnement et de s'approprier une façon de communiquer encore plus convaincante

Durée
1 jour, 7 heures

Public
Dirigeants, managers, commerciaux, responsables

Tarifs
Inter : 350 € HT par participant
Intra en entreprise : sur devis

Pré-requis
Aucun

Modes d'évaluations
Mise en situation

La qualité Novéha
- Taux de **satisfaction** des apprenants (2025) : **95%%**
- Nombre total de **salariés formés** (2025) : **1 190**

1 rue Alfred de Vigny
St. Hilaire de Loulay
85601 MONTAIGU VENDÉE

02 51 94 08 31 | noveha.fr

L'humour pour favoriser une relation positive

Code FC 62 22 - **Mise à jour** 06/01/2023

o Être un bon orateur
• Préparer un discours de 2mn
• Initier une démarche de « Personal Branding » et marketing de soi
• Prendre en compte ses freins (ou croyances limitantes) pour pouvoir les dépasser
• Apprendre à donner et à recevoir des feed-backs positifs tout en proposant des axes d'amélioration
• Ancrer la théorie en expérimentant un nouveau discours

o Avez-vous un mentor ?
• Rechercher quel est son mentor ou quels sont ses modèles inspirants
• Trouver les clefs pour leur ressembler encore plus ou assumer son propre style
• Regarder le talent chez l'autre et savoir le mettre en lumière

o Challenge
• Trouver un challenge et s'engager à l'effectuer dans les 3 mois pour apprendre à se dépasser ou à se ressourcer.

o Feed back fin de formation
• Tour de table
• Echanges / Ressentis sur la journée de formation

Rythme et organisation de la formation

Modalités pédagogiques

Expositive; Démonstrative; Interrogative; Active

Modalités d'évaluation

Questionnaire de fin de formation

Accessibilité

Le site Novéha est accessible à tout public. Notre organisme est engagé depuis plus de 10 ans dans l'accueil des apprenants en situation de handicap - avec un référent handicap qui coordonne leur parcours