

# EFFICACITE RELATIONNELLE

## Niveau 1 : Quel est mon impact sur l'autre ?

par Hélène BENSID

La compétence du responsable passe par la perception qu'il a de lui-même, la perception qu'il a des autres dans son environnement et la perception que les autres ont de lui.

La connaissance de son comportement et de son interaction sur les autres lui permet de mieux comprendre le facteur humain, de mieux manager et ainsi de mieux accompagner les individus dans leur développement.

La connaissance qu'il a de ses forces et vulnérabilités lui permet d'être plus adéquat dans la conduite des hommes.

### FORMATEUR/TRICE

Lilloise, formée en développement personnel à l'université de Lille 1, en analyse transactionnelle, psychothérapie intégrative et humaniste et en psychopathologie, Hélène Bensid exerce le métier de formatrice et de consultante en entreprise depuis 1995 à temps partiel.

Elle est aussi installée comme psychothérapeute et reçoit en consultation individuelle des adultes et des adolescents.

Au CJD où elle intervient depuis 1995, elle est reconnue pour ses formations en management, en Prise de Parole en Public, Ecoute Active, etc.

### OBJECTIFS, BENEFICES

Par un travail interactif de miroir, donner au responsable les outils adaptés pour découvrir et appliquer les principes qui régissent les communications de qualité et approfondir la connaissance de son propre fonctionnement dans les relations interpersonnelles.

Ce module conduit vers une progression dans le développement personnel, en donnant au responsable les moyens de dynamiser son environnement professionnel par un meilleur équilibre personnel et de qualité d'être, une plus grande confiance en soi.

L'application de ces outils, doublée du cheminement personnel entrepris par chacun au cours de ce stage permet au responsable de se rapprocher de l'attitude « juste » tant dans ses actes de management en entreprise que dans sa vie personnelle.

### CONTENU, PROGRAMME

#### 1<sup>ère</sup> JOURNÉE après-midi

Accueil, exercice de création de la dynamique de groupe

#### 2<sup>ème</sup> JOURNÉE matin

Constellation de proximité, témoignages et travail interactif de miroir, identification des forces et vulnérabilités, estime de soi et changement, dynamisation

#### 2<sup>ème</sup> JOURNÉE après-midi

Témoignages et travail interactif de miroir, identification des forces et vulnérabilités, estime de soi et changement, dynamisation

#### 3<sup>ème</sup> JOURNÉE matin

Témoignages et travail interactif de miroir, identification des forces et vulnérabilités, estime de soi et changement, dynamisation

#### 3<sup>ème</sup> JOURNÉE après-midi

Jeu de groupe : l'équipe part en croisière, puis travail métaphorique et symbolique pour résumer le chemin parcouru, entretiens finaux en binômes, objectif d'après-stage, clôture et évaluation

### METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Durant l'animation de cette formation, Hélène Bensid est en présence constante favorisant la bienveillance et la confidentialité sécurisantes, la confrontation et la non-complaisance respectueuses dans les échanges et ayant pour but l'évolution du groupe et de chaque stagiaire.

La pédagogie d'apprentissage est orientée vers le mode expérientiel, ou l'intégration des outils se fait à partir de mises en situation, de courts exposés et surtout de partages et témoignages de ses propres expériences. L'engagement personnel du participant augmente la qualité et la profondeur de l'apprentissage.

### PRE-REQUIS

Avoir déjà fait du développement personnel, être en situation de management et/ou de gestion de projet/d'équipe, avoir besoin d'évaluer son impact sur ses interlocuteurs (clients, collaborateurs, etc.), accepter de s'engager et d'être présent durant l'intégralité des journées.