

Tous pour un et un pour tous

Stratégies de bienveillance pour les équipes tout en maintenant ses priorités à cœur !
Structure : deux jours



"La stratégie de la bienveillance est la force qui enflamme les esprits et soude les équipes. "

Pour les organisations préoccupées par l'importance des stratégies axées sur la bienveillance, de l'importance du bonheur et de l'éthique au travail. À la fin de ses deux journées, vous aurez porté une réflexion et développé sous l'angle des communications : la capacité à vous dire et à recevoir l'autre même si ce dernier s'exprime avec hostilité, à identifier vos besoins et les stratégies à mettre en place pour y répondre, à développer votre capacité à créer un contexte de coopération, à sortir du monde des perceptions pour entrer dans le monde des relations et des intentions.

Nous expérimenterons

1. Connaître la communication consciente pour apprendre à se dire et à entendre l'autre dans un esprit d'assertivité afin de sortir des « mal-entendus » et entrer dans les intentions claires;
2. Identifier l'élément déclencheur de bien-être ou de mal-être sans tomber dans le jugement, qui a tort qui a raison ou dans l'interprétation;
3. Nommer les sentiments que cette situation éveille chez vous;
4. Identifier vos besoins en lien avec vos sentiments que la situation a générés;
5. Demander clairement ce qui pourrait contribuer à rendre la vie plus belle.

«**La communication consciente non violente**, c'est la combinaison d'un langage, d'une façon de penser, d'un savoir-faire en communication et de moyens d'influence qui servent mon désir de faire trois choses :

- Me libérer du conditionnement culturel qui est en discordance avec la manière dont je veux vivre ma vie;
- Acquérir le pouvoir de me mettre en lien avec moi-même et autrui d'une façon qui me permette de donner naturellement à partir de mon cœur;
- Acquérir le pouvoir de créer des structures qui soutiennent cette façon de donner.»

L'assertivité est définie comme une attitude dans laquelle on est capable de s'affirmer tout en respectant autrui. Il s'agit de se respecter soi-même en s'exprimant directement, sans détour, mais avec considération. Cela conduit à diminuer le stress personnel, à ne pas en induire chez autrui et à augmenter l'efficacité dans la plupart des situations d'entretien. Trop souvent négligé en management.

