

L'art de la **relation**

L'art de la relation

Description : Cette formation vous permet d'optimiser vos échanges professionnels en développant des compétences essentielles en communication interpersonnelle. Vous apprendrez à pratiquer l'écoute active, à vous exprimer avec assertivité, à décoder les dynamiques relationnelles grâce à l'analyse transactionnelle et à adapter votre style de communication avec le MBTI.

Vous identifierez vos automatismes, affinerez votre posture et saurez gérer efficacement les situations délicates ou conflictuelles. Des exercices pratiques, des mises en situation et des études de cas inspirés de votre environnement professionnel favorisent l'ancrage durable des apprentissages.

À l'issue de la formation, vous serez plus à l'aise, plus clair et plus impactant, et capable d'instaurer des relations de travail constructives et harmonieuses, au service de la performance collective.

Le public concerné : Managers et responsables d'équipe.
Collaborateurs en relation avec des clients, des collègues ou des partenaires.
Entreprises souhaitant former leurs équipes

Les prérequis : Pas de prérequis.

Les objectifs :

- ✓ Comprendre les mécanismes de la communication interpersonnelle et leurs enjeux professionnels
- ✓ Adapter son style de communication grâce à l'analyse transactionnelle et au MBTI
- ✓ Développer ses compétences relationnelles pour mieux interagir, prévenir les conflits et renforcer la coopération

La durée : 7 heures (une journée), modulable sur demande jusqu'à 14 heures.

Le délai d'accès : 3 semaines à compter de la réception de la demande.

AZUR ACTION, 26 Avenue des Acacias, 06500 Menton - SIRET : 934 787 714 00013 - R.C.S de Nice
Société par actions simplifiée (Société à associé unique) au capital de 5 000,00 Euros.
Déclaration d'activité n° : 93061152406 enregistrée auprès du préfet de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur
(Ce numéro ne vaut pas agrément de l'État)
contact@azuraction.fr - 09 88 34 81 10– www.azuraction.fr

Le programme :

- ✓ Comprendre les bases de la communication : écoute active, feed-back, filtres de perception et « bruits » de communication.
- ✓ Explorer l'analyse transactionnelle pour décoder les états du moi, les transactions et les jeux relationnels.
- ✓ Utiliser le MBTI pour identifier son profil et adapter son style de communication à ses interlocuteurs.
- ✓ Pratiquer l'assertivité à travers des mises en situation, des cas concrets et un plan d'amélioration personnel.

L'accessibilité : Pour toute demande liée à une situation de handicap, contacter notre référente handicap, Céline Villain (contact@azuraction.fr – 09.88.34.8110), afin d'adapter les modalités pédagogiques et techniques. Cette référente est également notre interlocutrice pour la prévention et le traitement des violences sexistes et sexuelles, du harcèlement et des discriminations.

Les moyens pédagogiques et techniques :

- ✓ Formation en présentiel (distanciel possible sur demande, avec émargement électronique et suivi de la participation effective de chaque stagiaire).
- ✓ Méthode pédagogique adaptée en fonction des besoins et des stagiaires.
- ✓ L'intervenant utilisera son ordinateur et son vidéoprojecteur si besoin.
- ✓ Formation réalisable dans les locaux de l'entreprise ou dans des locaux à proximité de l'entreprise.

Notre engagement qualité : Chez AZUR ACTION, la qualité de nos formations est au cœur de notre engagement. Notre organisme est certifié Qualiopi (certification délivrée par Qualitia). La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'actions suivante : actions de formation. Nous faisons intervenir exclusivement un formateur qualifié, expert dans son domaine.

Les dispositifs de suivi de l'exécution et de l'évaluation des résultats :

- ✓ Feuille de présence.
- ✓ QCM en début et fin de formation pour mesurer les acquisitions.
- ✓ Mise en pratique, quiz, jeux, ateliers réflexifs et tout autre dispositif jugé pertinent peuvent être mis en place.

AZUR ACTION, 26 Avenue des Acacias, 06500 Menton - SIRET : 934 787 714 00013 - R.C.S de Nice
Société par actions simplifiée (Société à associé unique) au capital de 5 000,00 Euros.
Déclaration d'activité n° : 93061152406 enregistrée auprès du préfet de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur
(Ce numéro ne vaut pas agrément de l'État)
contact@azuraction.fr - 09 88 34 81 10– www.azuraction.fr

Nature de la formation : Formation non certifiante : elle ne délivre ni certification, ni diplôme. Un certificat de réalisation est remis à chaque stagiaire en fin de formation.
Ce format court et sur mesure nous permet d'adapter le contenu aux réalités de votre entreprise et de vous offrir des compétences immédiatement opérationnelles, dans le cadre de votre plan de développement des compétences.

Les tarifs :

- ✓ Formation individuelle ou pour 2 personnes : Tarifs sur demande – contactez-nous pour une offre personnalisée !
- ✓ 3 stagiaires : 399 € net par stagiaire (TVA non applicable, art. 261-4-4° a du CGI).
- ✓ Vous souhaitez former plus de 3 personnes ? Contactez-nous afin d'étudier ensemble des conditions adaptées à vos besoins !

Le financement : Cette formation peut être financée directement par votre entreprise, par votre OPCO (salariés) ou par votre fonds d'assurance formation (travailleurs non salariés), sous réserve d'accord de prise en charge. Elle n'est pas éligible au CPF.

Indicateurs qualité :

- ✓ Formation nouvelle, pas encore dispensée : aucune évaluation disponible à ce jour. Les indicateurs de résultats (satisfaction et recommandation) seront publiés après les premières sessions, avec leur mode de calcul.

Contactez-nous : contact@azuraction.fr – 09 88 34 81 10
Mise à jour : 15/10/2026

AZUR ACTION, 26 Avenue des Acacias, 06500 Menton - SIRET : 934 787 714 00013 - R.C.S de Nice
Société par actions simplifiée (Société à associé unique) au capital de 5 000,00 Euros.
Déclaration d'activité n° : 93061152406 enregistrée auprès du préfet de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur
(Ce numéro ne vaut pas agrément de l'État)
contact@azuraction.fr - 09 88 34 81 10– www.azuraction.fr