

Durée : 2 jours.

Public :

Toute personne travaillant en open space. Dernière MAJ : Avril 2024

Objectifs :

Savoir aborder l'open space sans stress. Apprendre à travailler en open space. Savoir développer ses aptitudes relationnelles.

Pré-requis :

Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à cette formation.

Méthodes :

Alternance entre exposés théoriques et pratiques, mini-sketches, jeux pédagogiques, mise en situation sous la forme de simulations, exercices et auto diagnostics.

Évaluation :

L'évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers des multiples exercices, mise en situation et étude de cas à réaliser. Le formateur remet en fin de formation une attestation avec les objectifs acquis ou non par le stagiaire.

Dernière MAJ : Avril 2024

Apprendre à mieux se connaître et découvrir ses comportements en collectivité

Analyser son style d'organisation et ses causes de stress

Évaluer ses marges de manoeuvre

Remettre en cause ses habitudes

Les points forts et faibles de l'open space

Bruits environnementaux

Intimité, surveillance

Productivité

Prendre conscience des atouts de l'open space pour la cohésion d'équipe : fluidité de la communication, convivialité, optimisation de la performance...

Adopter de nouveaux comportements

Apprendre la flexibilité

Savoir dire non

S'affirmer dans le groupe

Gérer son temps et ses priorités/moduler son emploi du temps

Organiser sa disponibilité

Lutter contre ses voleurs de temps

S'approprier et personnaliser son espace de travail

Travailler en restant concentré

Se protéger de l'environnement

Créer sa bulle de protection sans s'y enfermer

Savoir se détendre pour se libérer des tensions

Améliorer sa communication entre collègues

Les règles d'or de la communication verbale

Communiquer avec le non verbal, l'empathie, l'écoute active, l'assertivité, être flexible

Faire face aux contradicteurs, aux interruptions

Formuler un refus sans provoquer de tension

Modalités d'accès : Adeos valide avec le candidat, qu'il possède bien les compétences et les prérequis nécessaires au suivi de la formation.

Délais d'accès : Nous contacter.

Accessibilité aux personnes handicapées : Nos locaux sont aux normes d'accueil pour les PMR, pour les autres handicapés nous contacter afin de pouvoir adapter la formation ou bien vous orienter vers un organisme partenaire.