Explorer ses choix au travail

S’exprimer quand un échange devient difficile au travail



Vous avez une demande à faire à un collègue. Comment l’exprimer et vérifier ce qui a été compris ?

3 h 30 proposées · Sur devis TTC

Objectifs

- Décrire une situation sans attribuer d’intention
- Formuler une demande précise
- Vérifier ce que l’autre a compris

Déroulement

01 Comparer deux façons d’exprimer un désaccord au sujet d’un délai.

02 Écrire une ouverture avec un fait et une demande puis la jouer en binôme.

03 Observer l’effet de la reformulation et tester une seconde version.

Ce que vous emportez

Une trame de préparation d’échange et deux formulations essayées.

S’exprimer quand un échange devient difficile au travail

Pour qui ?

Adultes souhaitant développer une compétence utilisable dans leur vie professionnelle.

Prérequis

Aucun diplôme requis. Un exemple fictif permet de participer sans exposer sa situation.

Durée, format et effectif

3 h 30 proposées. Atelier en petit groupe, en présentiel ou en visioconférence selon la session proposée. 3 à 8 participants proposés.

Lieu

Métropole lilloise ou visioconférence. Adresse et horaires communiqués avec la proposition.

Accès et délai

Prendre contact pour préciser l’objectif. Recevoir le programme, le prix et les conditions avant engagement. Délai proposé de 2 à 4 semaines, à confirmer selon le groupe.

Prix et financement

Devis TTC par personne communiqué avant inscription. Financement personnel sur devis TTC. Un financement employeur suppose son accord préalable.

Positionnement

Avant la séance, le participant précise son contexte et ses attentes. Un cas de départ permet d’ajuster le niveau et les exercices.

Méthodes et moyens

Étude de cas, travail en petits groupes et retour guidé. Supports remis. En visio, lien et vérification technique avant le début.

Encadrement

Psychologue du travail ou formateur en accompagnement des parcours. Nom communiqué avec la session.

Reconnaissance

Attestation de fin de formation prévue, avec appréciation des acquis. Aucune certification professionnelle revendiquée.

Évaluation et suivi

En simulation, énoncer un fait identifiable, formuler une demande réalisable et vérifier l’accord ou le point encore en discussion.

Accessibilité et contact

Signalez vos besoins au premier échange. Le référent étudie avec vous le lieu, le rythme, les supports et les adaptations possibles. contact@avenirtrajectoire.fr · 06 87 28 13 42.