

# Communication interpersonnelle

## Donner et recevoir du feedback constructif

 2 Jours (14h)  jusqu'à 10 participants (+2)  1690€ (+ 120€/sup.)



Objectifs :

- Comprendre l'importance du feedback dans la performance individuelle et collective,
- Apprendre à formuler un retour clair, motivant et constructif,
- Savoir recevoir et intégrer un feedback sans blocage ni défensive,
- Installer une culture du feedback positive et durable au sein de l'équipe.



Public cible :

- Managers et encadrants,
- Collaborateurs souhaitant développer leurs compétences relationnelles,
- Toute organisation cherchant à renforcer la communication et l'amélioration continue.



Méthodologie :

- Alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques et de jeux de rôle.
- Utilisation de grilles de feedback, d'auto-évaluation et de mises en situation réelles.
- Approche participative favorisant la bienveillance, la clarté et la communication constructive.



Programme de la formation :

*Jour 1 - Donner un feedback clair et motivant*

- Comprendre les mécanismes et les impacts du feedback,
- Découvrir les méthodes et outils pour un feedback constructif,
- Exercices pratiques et mises en situation d'entretien de feedback.
- 

*Jour 2 - Recevoir et intégrer le feedback*

- Techniques pour accueillir un retour avec ouverture et discernement,
- Dépasser les résistances et transformer la critique en apprentissage,
- Installer une culture durable du feedback au sein de l'équipe.



Les + de la formation

- Approche concrète et bienveillante pour renforcer la culture du feedback,
- Outils simples et efficaces pour formuler et accueillir un retour constructif,
- Alternance de théorie, pratique et analyse de cas réels,
- Attestation de participation remise.



In Situ



Distanciel

