

Formation développer ses soft skills

Améliorez la productivité et votre efficacité grâce à la formation développer ses soft skills avec Interfor.

Les modalités de formation

Public :	Salarié en poste Managers
Durée :	14 heures, 2 jours
Lieu :	Interfor - Amiens

Objectifs

- Identifier ses soft skills et comprendre leur rôle dans la réussite professionnelle
- Développer sa communication interpersonnelle et son assertivité
- Renforcer sa capacité à collaborer et à accompagner le changement
- Formaliser un plan personnel d'amélioration et d'engagement

Programme

Jour 1 - Découverte et exploration des soft skills

- Accueil : Ma soft skill préférée / celle que j'aimerais développer
- Comprendre les soft skills : Définition et importance dans le monde du travail actuel. Panorama des soft skills clés : communication, collaboration, créativité, gestion du stress, adaptabilité
- Les 10 soft skills incontournables : Communication efficace, Assertivité, Travail en équipe et collaboration, Empathie et intelligence émotionnelle, Adaptabilité et flexibilité, Créativité et innovation, Résolution de problèmes, Gestion du stress et des priorités, Leadership, Esprit critique et ouverture d'esprit
- Atelier Tangram : importance de la communication claire, de l'écoute et du respect des autres.

Lire la suite sur le site

Jour 2 - Développement et engagement

- Jeu de l'Escalier : comprendre l'importance du changement et la résistance face à l'affirmation de soi
- Assertivité : outils DESC, écoute active, savoir dire non, feedback constructif
- Générations et styles de communication : Panorama des générations et de leurs attentes en entreprise. Adapter ses soft skills selon les interlocuteurs.
- Mises en pratiques : Résolution de problèmes, coopération
- Lettre à soi-même : formalisation d'un engagement en tant que futur manager
- Débriefing fin de formation



Modalités et pré-requis de la formation

1 Certification de la formation

Aucune certification pour cette formation.

2 Prérequis et validation des prérequis

Pas de prérequis nécessaire pour cette formation.

3 Moyens pédagogiques

- Alternance d'exposés interactifs et d'ateliers pratiques
- Jeux pédagogiques (Tangram, Escalier, Lettre à soi-même)
- Études de cas et mises en situation inspirées de cas réels
- Partage d'expériences entre participants et retours collectifs
- Supports pédagogiques remis aux participants avec plan d'action personnel

4 Délai d'accès

- Selon le calendrier établi entre les disponibilités du stagiaire et du formateur et avec un dossier complet, l'entrée en formation peut se faire sous 48h.

5 Modalités d'évaluation de la formation

- Questionnaire préalable à la formation : recueil des attentes et adaptation des contenus
- Évaluations formatives en cours de formation (exercices pratiques, feedbacks, jeux de rôle)
- Questionnaire de validation des acquis en fin de formation
- Élaboration d'un engagement individuel et partage lors du débriefing

6 Accessibilité aux personnes en difficultés ou en situation de handicap

Nos locaux sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Pour tout projet de formation l'équipe Interfor vous accompagne, plus d'infos sur : **[notre accompagnement](#)**

Quelle spécialisation choisir après cette formation?

- Prise de parole en public
- Affirmation de soi et la communication assertive

Comment financer ma formation?

Pour connaître les modalités de financement disponibles pour cette formation, nous vous invitons à contacter l'équipe)

Date de dernière à jour : 23/09/2025

