Domo Sapiens

Mise à jour le 20 janvier 2026

Maîtriser et reconnaître les soft skills en entretien et en recrutement

PUBLIC : RH, managers, dirigeants

FORMATEUR : Psychosociologue IPRP

Durée : 2 jour (14Hh) Présentiel ou distanciel Ref : CRH414	
Objectifs Être capable, - de définir et repérer une soft skill - de valider leur présence et en permettre l'expression - d'utiliser ses propres soft skills	Méthodes Exposés des compétences à explorer et acquérir Exercices de repérages Mises en situation des participants Cas pratiques.
Pré-requis Aucun	Évaluation Elle se fait tout au long de la formation par l'échange, la pratique et un QCM en fin de session.

1. INTRODUCTION : que sont les soft skills, qu'est-ce qui n'en est pas ?

2. TEST : quelles sont mes soft skills ? (les résultats sont confidentiels)

2. Définitions des Soft skills les plus demandées par les entreprises

Pour chaque compétence, nous allons observer ce qu'elles créent dans une personnalité, ce qu'elles construisent sur le plan professionnel, ce qu'elles activent dans un collectif.

- La pensée analytique
- La pensée créative
- La pensée systémique
- la flexibilité et l'agilité
- La conscience de soi
- L'empathie et l'écoute active
- La curiosité et la capacité d'apprentissage
- La fiabilité et l'attention aux détails
- Le leadership et l'influence
- Le sens du service
- La motivation
- La résilience

MISES EN SITUATIONS
- À partir de vidéos, le groupe tentera de reconnaître ces compétences.
- Analyse en groupe.

4. La base émotionnelle des compétences comportementales et cognitives

- La place des émotions dans la physiologie humaine
- Les émotions dans la communication interpersonnelle
- Les effets des émotions sur la cognition
- Qu'est-ce que le langage para-verbal ?
- Qu'est-ce que le langage non verbal ?

5. La méthode Ekman

Dans ce chapitre les participants apprendront à analyser la sincérité d'un interlocuteur

- Reconnaître les dissonances émotionnelles et cognitives dans le langage verbal, para-verbal et non verbal : ce qui est joué, ce qui est sincère
- Analyse les émotions de protection et d'ouverture chez son interlocuteur.

MISES EN SITUATIONS
- À partir de vidéos, chacun va analyser les dissonances dans la communication verbale et non verbale en entretien, en réunion.
- Analyse partagée en groupe.

5. Développer ses compétences personnelles pour mieux repérer les Soft skills

- Utiliser l'écoute active pour :
  Observer l'ensemble d'une communication selon la méthode Ekman
  Savoir repérer les soft skills chez une personne qui n'en a pas encore conscience

MISES EN SITUATIONS
- utiliser la méthode Ekman : entraînement au repérage des soft skills chez un interlocuteur ou en observation.