

Savoir être pour mieux communiquer

Thèmes : Communication - Efficacité professionnelle et management

Tarifs : 500 € / personne ; 2 600 € / groupe

Durée en jours : 2 jours / Durée en heures : 14 heures / Mode formations : Présentiel / Qualiopi : Certifié

Objectifs de la formation

Mieux communiquer en étant capable d'accueillir une différence de point de vue, en acceptant que l'autre soit différent de soi et qu'il puisse penser, agir, ressentir différemment de soi.

Objectifs pédagogiques

- Décrypter ce qu'est la communication.
- Définir en quoi consiste l'écoute
- Identifier les ressentis, les valider, les reconnaître.
- Savoir gérer le refus, l'agressivité et les conflits

Principaux contenus pédagogiques

Introduction à la communication

- Distinguer l'état communicant de l'état relationnel.
- Discerner le regard porté sur l'évènement, l'émotionnel ou l'existentiel.
- Lister les différents positionnements lors des échanges interpersonnels.
- Rappeler nos besoins existentiels fondamentaux.

Appréhender la communication

- L'art de poser une question juste.
- Lister les différentes étapes de validation en communication.

Définir et distinguer des termes essentiels à la communication

- L'importance du choix des mots et de leur vibration.
- Définir et clarifier le sens de certains mots.

Gérer le refus, l'agressivité et les conflits

- Identifier le non-dit et le message réel dans le message apparent.
- Partager des différences de points de vue.
- Identifier les sources d'agressivité.
- Ramener quelqu'un à la raison (à sa raison).

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques et méthodologiques
- Illustrations par des exemples concrets
- Pédagogie participative et interactive basée sur des mises en situation faisant appel aux réalités concrètes vécues par les participants

Moyens et supports remis aux stagiaires

Fiche synthétique des différentes notions abordées et bibliographie

Modalités d'évaluation

Les formateurs procéderont à des évaluations en cours de formation, au fur et à mesure des séquences pédagogiques et des échanges, afin de vérifier la progression et la satisfaction du groupe (quizz, exercices d'évaluation)

Évaluation à chaud orale et questionnaire écrit à l'issue des 2 journées.

Public visé

Toute personne souhaitant développer une posture communicante et déployer son impact personnel

Nombre de participants

7 à 12 participants

Pré-requis

Toute personne motivée par cette thématique

Accessibilité

Renseignements pris en amont sur les handicaps présents, dans le but si possible de s'adapter.

Contact

Xavier Durand

06 83 55 92 10

cepaj22@gmail.com

Siège social : Bâtiment Penthievre - Novapôle - 2 rue de la Croix Lormel, 22190 Plérin
formations.cae22.coop