



VERS UNE COMMUNICATION EFFICACE ET CONSTRUCTIVE

Meilleure entente au sein de l'entreprise

+ INFORMATIONS PRATIQUES

DURÉE

- 2 jours soit 14 heures

NOMBRE OPTIMUM DE PARTICIPANTS

- De 6 à 8 personnes

PUBLIC

- Toute personne désirant optimiser sa communication

PRE-REQUIS

- Aucun

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Alternance d'apports théoriques, de mises en situation
- Tours de table permettant à chacun de trouver ses propres solutions

EVALUATION

- Synthèses régulières des points clés par les participants
- Bilan de fin de formation avec micro-engagements

VALIDATION

- Attestation de formation



+ OBJECTIFS

- **Communiquer** avec aisance et efficacité
- **Optimiser** ses relations avec les autres
- **Savoir écouter** et créer de la confiance avec ses interlocuteurs
- **Savoir se mettre** à la place de l'autre



+ ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

JOUR 1 : MIEUX SE CONNAÎTRE

- Découvrir les bases de la communication
- Les 3 registres de la communication
- Comprendre le fonctionnement du cerveau
- Repérer notre vision du monde
- Comprendre nos comportements

JOUR 2 : DÉCOUVRIR L'AUTRE ET S'ENTRAÎNER

- Créer l'ambiance, respecter la différence
- Observer et établir le rapport avec l'autre
- Écouter et savoir se mettre à la place de l'autre
- Reformuler pour mieux entendre et comprendre
- Savoir poser les questions ouvertes
- Faire passer son message
- Donner un feedback positif et constructif

- **Bilan et plan d'action personnel**

