

MIEUX COMMUNIQUER DANS SON ENVIRONNEMENT PROFESSIONNEL

ERH114

Public

Personnel d'entreprise souhaitant améliorer ses échanges professionnels

Pré-requis


Aucun

Durée

2 jours - 14 heures

Modalités

Présentiel

 Lieux aménagés et modalités adaptées pour faciliter l'accès et l'usage aux personnes en situation de handicap

Résultats Attendus

- Comprendre les clés de la communication sociale, s'adapter à son interlocuteur en mobilisant ses ressources et s'affirmer dans des situations difficiles

Objectifs Pédagogiques

- Identifier les clés de la communication interactionniste
- Comprendre les notions de politesse dans les relations sociales
- S'adapter aux différentes personnalités type DISC
- Faire preuve d'assertivité
- Transformer une critique en opportunité

Méthodes Pédagogiques

- La pédagogie est participative mais cadrée. Les phases théoriques seront étayées par des jeux de rôle concernant la communication, jeux de société, débats interactifs.
- Ces exercices, directement liés au terrain, mettent l'accent sur la nécessité de bien communiquer pour gagner en efficacité, et en confort

Type de validation

Certificat de réalisation
Attestation de fin de formation

Dates et lieux

Agen :
18-19/03
04-05/11

Périgueux :
09-10/04

Intervenant

Formateurs expérimentés dans leurs domaines

Tarifs

630 € HT - 756 € TTC

MIEUX COMMUNIQUER DANS SON ENVIRONNEMENT PROFESSIONNEL

ERH114

Programme

PRESENTATION

- Présentation du module, des objectifs et de la méthode.
- Expression sur la perception individuelle des besoins et des difficultés à résoudre.
- Analyse, synthèse de l'animateur, validation du programme en fonction des attentes et des besoins

Jour 1 : AMELIORER SA COMMUNICATION ET S'ADAPTER A SON INTERLOCUTEUR

- Identifier les bases de la communication interactionnelle
 - Identifier les deux approches de la communication
 - Comprendre les enjeux de la communication
 - Utiliser la communication comme vecteur relationnel
- Comprendre les fonctions de la politesse dans les relations sociales
 - Identifier le rôle des salutations et des présentations à autrui
 - Savoir donner des marques de respect
 - Présenter des excuses pour réparer la relation
- Déjouer les pièges de la communication
 - Distinguer faits, opinions et sentiments
 - Améliorer la clarté de son message
 - Identifier les généralisations, les omissions et distorsions en communication
- Reconnaître et s'adapter aux différents profils de personnalité
 - Identifier les différents types de personnalités
 - Adapter sa communication à chacun des profils
 - Réaliser son test de personnalité

Jour 2 : S'affirmer et gérer les situations difficiles

- Mieux se connaître face au conflit
 - Comprendre le fonctionnement de nos émotions dans le conflit
 - Tester ses réactions en situation de conflit
 - Appliquer la méthode de communication non agressive DESC
- Développer son assertivité
 - Définir l'assertivité, ses avantages et ses enjeux
 - Analyser sa stratégie de communication assertive
 - S'entraîner à communiquer de façon assertive
- Savoir recevoir une critique
 - Identifier le rôle et l'enjeu de la critique
 - Répondre efficacement à la critique
 - Analyser son sentiment face à la critique
- Pratiquer l' Ecoute Active
 - Améliorer son relationnel grâce à l'écoute active
 - S'entraîner à reconnaître l'emploi de l'écoute active dans les dialogues
 - Identifier les obstacles à une écoute de qualité