

Bien communiquer pour mieux interagir

Durée : 2 journées (Recommandation : 1 journée puis 2 ½ journées espacées de 15 jours)

Langue : Français ou Anglais

Public : Tout public

Nombre maximal de stagiaires : 8

Objectifs pédagogiques :

Cette formation a pour but de donner aux participants les clefs pour acquérir au quotidien une communication fluide en toute situation (réunions, relations hiérarchiques, négociations, conflits...)

Les objectifs principaux sont :

- Découvrir son mode de communication
- Identifier ses mécanismes et ses entraves
- Acquérir des outils et des méthodes de savoir-faire et de savoir-être
- Développer sa confiance en soi et son aisance
- Travailler les interactions en situations

Le contenu de la formation :

Une journée d'apport d'outils et de méthodes

- Evaluation de ses potentiels de communication
- Présentation d'une palette d'outils et de méthodes
- Exercices de mise en pratique et débrief
- Identification de cas concrets permettant de valider les méthodes et outils dans les 15 jours suivants

Deux demi-journées de pratique (toutes les 2 semaines)¹

- Etude de la mise en pratique
- Consolidation de la maîtrise des outils et méthodes utilisés
- Apports complémentaires
- Identification de l'étape suivante

Pédagogie :

- Evaluation du potentiel de communication
- Communication Non Violente
- Gestion des émotions
- Communication verbale et non verbale
- Les médias de communication (mail, SMS etc..)
- Partage de l'expérience de chacun au profit de l'ensemble des participants

¹ Sur situations réelles quand les demies journées sont espacées de 15j, sur des mises en situation quand la formation est faite sur 2 jours continus