

Durée :

2 jours / 14 heures

Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- **Maitriser les fondamentaux de la communication interpersonnelle**
- **Identifier son profil de communication**
- **Adapter son style de communication pour être compris**
- **Utiliser les outils de la communication pour optimiser leur relation à l'autre**
- **Gérer les situations de communication délicates**
- **Développer une communication constructive dans les relations quotidiennes**

Public :

Toute personne souhaitant améliorer sa communication professionnelle

Contenu pédagogique :

Mieux se connaître pour mieux communiquer

- Repérer son style de communication
- S'appuyer sur ses atouts et développer ses points de progrès
- Comprendre et gérer les comportements en situation de stress

Mieux comprendre autrui pour s'adapter

- Identifier le style de communication de ses interlocuteurs
- Exploiter synergies et complémentarités
- S'adapter pour mieux communiquer et collaborer

Outils au service d'une meilleure communication

- Savoir écouter, reformuler, questionner, parler le même langage...
- Rôle, impact, intérêt et utilisation de la communication non verbale

Renforcer l'impact de ses messages

- Générer une perception de compétence
- Renforcer sa crédibilité
- « Jouer » de son attractivité

Confiance en soi et assertivité

- Développer sa confiance en soi en matière de communication
- S'affirmer dans la relation à l'autre : savoir dire non, formuler une demande...

Pré-requis :

Aucun

Outils :

Questionnaire MBTI

Sanction de la formation :

Attestation de formation

LES + de cette formation :

Formation développée avec l'outil MBTI qui permet aux personnes de travailler leur approche de la communication de manière individualisée.

Il est mis l'accent sur :

- *les ressources des personnes plutôt que sur leurs problèmes*
- *les recherches de solutions de manière personnalisée*
- *les capacités de changement, les compétences et les réussites*
- *une vision et une approche positives des personnes et des situations*

Démarche et méthodes pédagogiques :

- Démarche **active, centrée sur l'apprenant qui « agit ».**
- Méthodes :
 - **Participative**, basée sur le questionnement des participants
 - **Active**, fait appel à l'expérience, la réflexion, l'initiative et la motivation des apprenants.

Techniques et outils :

Alternance des techniques suivantes : analyse de pratique, brefs exposés, situations professionnelles reconstituées, échanges, partages et mutualisation des bonnes pratiques.

Remise d'un support pédagogique individuel

Modalités d'évaluation :

- Evaluation formative en cours de module
- Evaluation des acquis et de la satisfaction, à chaud
- Evaluation à froid sous 4 mois

