

FORMATION : S'affirmer pour mieux communiquer avec son entourage professionnel (12 heures)

« Hiérarchie, collègues, clients »

Objectifs de la formation

- Comprendre son type de personnalité et son type de communication privilégiée
- Maîtriser les fondamentaux de la communication
- Identifier les freins à la communication.
- Savoir se positionner dans la relation & développer son assertivité
- Savoir gérer les conflits au sein de l'équipe ou avec un client possédant une personnalité difficile
- Développer la communication d'équipe, la motivation collective et la cohésion de groupe

Programme

Module 1 : Les différents types de personnalité

- o Typologie des différents types de personnalités à travers l'outil DISC : leur style de communication privilégiée, leur façon de collaborer et leurs émotions favorites
- o Identifier son type de personnalité et son style de communication privilégiée
- o Comment communiquer avec les autres types de personnalité.

Module 2 : Les fondamentaux de la communication

- o Les composantes de la communication
- o Qu'est-ce que la congruence ?
- o Maîtriser la signification de la gestuelle : les gestes ouverts et les gestes fermés
- o Développer l'écoute active : questionner, reformuler

Module 3 : Développer des relations de coopération

- o Les 6 modes d'intervention préférés (Porter)
- o Les positions de vie
- o L'empathie, sympathie, apathie, antipathie
- o Les 4 axes de la relation saine : Donner et recevoir, demander et refuser

Module 4: Les techniques avancées de la communication

- o L'assertivité : attaque, fuite, manipulation et assertivité
- o Le Descc
- o Faire des feed-back, recadrage
- o Techniques de gestion de conflit

Compétences à atteindre

- Être capable d'identifier les caractéristiques dominantes des différents types de personnalité
- Savoir adapter sa communication en fonction du type de personnalité de son interlocuteur
- Maîtriser les fondamentaux de la communication.
- Identifier son type d'intervention préférée
- Développer ses compétences en écoute active
- Savoir faire un feed-back efficace
- Découvrir les techniques de gestion de conflit

Public

- Tout public professionnel souhaitant améliorer sa communication avec son entourage professionnel
- Pas de prérequis

Modalités et moyens pédagogiques

- Formation distancielle réalisée en visioconférence
- 4 séances de 3H00 soit 12H de formation

Méthodes d'apprentissage

La méthode pédagogique en visioconférence alternera :

- des apports théoriques,
- des prises de recul et diagnostic
- des mises en pratique
- Des questionnaires et quizz
- La constitution d'un dossier apprenant par le stagiaire formalisant ses objectifs, engagements et son plan d'action individuel

Equipe pédagogique

Formatrice formée à l'intelligence émotionnelle

Délais d'accès

Pour chaque demande de formation, notre service réalise un **entretien téléphonique** dans les 15 jours qui suivent afin d'établir un **premier entretien personnalisé** qui prend en compte les attentes

Lieu

TAOLIA
1 Rue Alessandro Volta - 44470 CARQUEFOU

Tarif

500€ HT par personne

