



Développer ses compétences relationnelles

Objectifs

A l'issue de la formation, chaque participant sera capable :

- d'intégrer les fondamentaux de la communication
- de s'approprier différents outils de communication
- de développer son intelligence relationnelle

Programme

Intégrer les fondamentaux de la communication

- Mettre en place des conditions favorables pour une communication efficace
- Prendre en compte le cadre de référence de l'autre
- Pratiquer l'écoute active
- Distinguer faits, émotions et opinions pour décider

S'approprier différents outils de communication

- Distinguer et mettre en œuvre avec efficacité la communication informelle, formelle, orale, écrite, présentielle, distancielle, hiérarchique, transversale...

Développer son intelligence relationnelle

- Identifier les différentes positions relationnelles : assertivité, passivité, manipulation, agressivité
- Reconnaître les jeux psychologiques et les leviers pour en sortir
- Affirmer positivement « son autorité » avec ses interlocuteurs pour :
 - o Dire non,
 - o Exprimer une demande,
 - o Recadrer,
 - o Exprimer et recevoir une critique, tout en conservant avec eux une relation positive.

Public

Animateur ou responsable d'équipe avec ou sans lien hiérarchique

Accessibilités personnes handicapées

Nos locaux sont adaptés aux personnes à mobilité réduite, nos formations sont compatibles avec plusieurs handicaps selon études. Nous consulter.

Nombres de participants

4 min – 10 maxi

Pré-Requis

Aucun.

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Durée : 2 jours (14 heures)

Dates : à définir

Horaires : nous consulter

Lieu : nous contacter

Coût : nous consulter

Délai d'accès

Conformément aux dates de notre catalogue inter-entreprises. Pour d'autres formations nous consulter.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Apport théorique
- Pratique avec de nombreux exercices de découverte, d'expérimentation et l'aide de la vidéo si le groupe le souhaite
- Travaux individuels et en sous-groupe
- Etude de cas réels
- Remise de documentation, grilles d'analyse, "fiches conseil"
- Mise à profit du temps d'intersession pour l'expérimentation sur le terrain

Modalités d'évaluations

La formatrice mettra en œuvre des outils d'évaluation (Exercices pratiques) pour valider les acquis de l'apprenant.

Validation et certification

Attestation de stage.

