

Communication : développer ses capacités d'écoute et d'expression - 14 heures

PUBLIC

Tous professionnels.

OBJECTIFS

- Appréhender les mécanismes de la communication.
- Développer ses capacités d'écoute et d'expression.
- Développer ses facultés d'adaptation lors de situations de communication difficiles.
- Améliorer sa façon de communiquer en situation professionnelle.

CONTENU

- Bases de la communication : qu'est-ce que communiquer ?
- Communication verbale et non verbale.
- Le questionnement et la reformulation.
- Les codes du langage (généralisation, omission et distorsion).
- Écoute active, empathie et assertivité.
- Adopter une posture d'écoute en toutes circonstances.
- Communication au sein d'un groupe de travail.
- Se positionner en fonction de l'autre, de la situation, de l'environnement.
- Se mettre en cohérence avec autrui.
- Difficulté de la communication dans le quotidien professionnel.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Présentation de la Communication Non Violente de Marshall Rosenberg.

- Élaboration d'un concept théorique suivi d'une activité pratique.
- Analyse de situations présentées par les stagiaires.
- Mises en situation.
- Échanges favorisés entre les stagiaires.

SUIVI/ÉVALUATION

- Émargement à la demi-journée.
- Une attestation de fin de formation sera remise à chaque stagiaire ayant participé à toute la session.

DURÉE

14 heures (2 jours)

INTERVENANT

Formateur consultant. Thème d'intervention : efficacité relationnelle, pédagogique et managériale.

PRIX

Intra-entreprise : 2 400€ par session.
Inter-entreprise : 420€ par stagiaire.