

MIEUX COMMUNIQUER DANS SON ENVIRONNEMENT PROFESSIONNEL



PARTICIPANT(S) :

Toute personne souhaitant améliorer ses échanges professionnels.

ORGANISATION :

Durée : 21 heures

Lieux : Campus du lac ou Campus de Libourne

INTERVENANT(S) :

Formateur expert sur les techniques de communications

VALIDATION DE LA FORMATION :

L'intervenant mesurera, tout au long de la formation, l'acquisition des connaissances des participants à travers la mise en place de situation in situ.

Délivrance d'une attestation de formation conforme à la législation en vigueur.

Un support de cours sera remis à chaque participant.

CAMPUS DU LAC

N° SIRET 410 581 102 00010

Code APE-NAF 8542Z

N° Existence 7233 042 4333

Site de Bordeaux

10 rue René Cassin – CS 31996 –

33071 Bordeaux Cedex

Tél. 05 56 79 52 00

campus@formation-lac.com

Site de Libourne

7 Bis rue Max Linder

33504 Libourne Cedex

Tél : 05 57 25 40 40

campus@formation-lac.com

OBJECTIFS

Nature de l'action : Acquisition de compétences

- Favoriser les principes d'une meilleure communication interpersonnelle.
- Parvenir à mieux s'affirmer dans les relations et de mieux appréhender les enjeux à venir.
- Gagner en qualité relationnelle et d'en mieux comprendre les critères et conditions.

MÉTHODES ET OUTILS PEDAGOGIQUES

La pédagogie est participative mais cadrée. Les phases théoriques seront étayées par des jeux de rôle concernant la communication.

Ces exercices, directement liés au terrain, mettent l'accent sur la nécessité de bien communiquer pour gagner en efficacité, et en confort.

CONTENU DU PROGRAMME

MIEUX SE CONNAITRE POUR MIEUX S'ADAPTER A SON ENVIRONNEMENT.

Les apports sur la communication en général et sur les distorsions les plus fréquentes. Quelles précautions prendre pour ne pas provoquer des difficultés avec l'interlocuteur. Les études des champs personnels et des champs relationnels. Le travail sur ses propres attitudes pour modifier les attitudes de l'interlocuteur. Le fonctionnement et dissonance des messages. Le verbal et le non verbal.

MIEUX SE POSITIONNER DANS SON ENVIRONNEMENT (TRR)

Le tableau des responsabilités permettant de se positionner précisément dans son entreprise et par rapport à ses responsabilités.

COMMUNIQUER DE MANIERE POSITIVE.

Les outils de communication interpersonnelle à notre disposition. Les transactions Les attitudes d'une bonne communication. Eviter les mécanismes qui se développent en réaction. La communication non violente et l'affirmation de soi. Les outils de l'écoute active. Le système de questionnement. Mieux se connaître pour mieux communiquer.

MAITRISER SES EMOTIONS DANS L'ACTION.

Les mécanismes biologiques des émotions. Les différents types d'émotions. L'évaluation de son niveau d'expression des émotions. Passer du refoulement des émotions à leur gestion. Mieux gérer les émotions de l'autre.