

INFORMATIONS PRATIQUES

DURÉE

- 2 jours soit 14 heures

NOMBRE OPTIMUM DE PARTICIPANTS

- De 4 à 8 personnes

PUBLIC

- Toute personne désirant optimiser sa communication

PRE-REQUIS

- Aucun

ORGANISATION ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Questionnaire préparatoire
- Guide complet
- Apports théoriques
- Exercices pratiques
- Mises en situation à partir de cas réels
- Analyse, conseils et solutions personnalisés

EVALUATION

- Synthèses régulières des acquis par les participants
- Bilan de fin de formation avec microengagements

VALIDATION

- Certificat de réalisation de formation

SATISFACTION GLOBALE

15 avis

8,67/10

OBJECTIFS

- **Communiquer** avec aisance et efficacité
- **Optimiser** ses relations avec les autres
- **Savoir écouter** et créer de la confiance avec ses interlocuteurs
- **Savoir se mettre** à la place de l'autre

ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

MIEUX SE CONNAÎTRE

- Découvrir les bases de la communication
- Les 3 registres de la communication
- Comprendre le fonctionnement du cerveau
- Repérer notre vision du monde
- Comprendre nos comportements

DECOUVRIR L'AUTRE ET S'ENTRAÎNER

- Créer l'ambiance, respecter la différence
- Observer et établir le rapport avec l'autre
- Écouter et savoir se mettre à la place de l'autre
- Reformuler pour mieux entendre et comprendre
- Savoir poser les questions ouvertes
- Faire passer son message
- Donner un feedback positif et constructif

[Bilan, plan d'action individuel et évaluation de la formation](#)