

Écoute et communication en situation professionnelle

Objectifs

- Identifier les grands principes de la communication, les enjeux
- Clarifier la démarche de communication lors d'une relation interpersonnelle
- Développer des attitudes et mettre en œuvre des techniques adaptées à différentes situations relationnelles (entretien, réunion, prise de parole)
- Repérer les sources de dysfonctionnement dans la communication pour mieux les prévenir et/ou les gérer
- Développer des relations de travail et d'échanges dans un souci d'efficacité professionnelle

Contenu

- La communication, les principes
- Brainstorming sur la communication, classification
- Le message : parcours, filtres et pertes
- Réactions et mécanismes inconscients, enjeux de pouvoir et communication
- Notions de l'écoute active et d'assertivité
- Connaissance de soi pour une bonne communication :
- Le rôle du « je » dans l'image de soi et dans la relation aux autres
- La gestion des émotions pour une meilleure maîtrise de soi
- La communication, une posture, des attitudes corporelles :
- La communication non verbale comme support de la communication interpersonnelle
- La communication, une adaptation aux différentes situations
- La relation interpersonnelle, la place dans le groupe
- Capacité d'adaptation aux différentes situations

Méthodes pédagogiques

Brainstorming

Apports de supports pédagogiques

Jeux de rôle

Échanges interactifs et réponses aux besoins de chacun

Public visé

Toute personne intéressée par le développement d'une relation équilibrée et constructive sur le plan professionnel

Prérequis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis

Votre formateur

Formateur(rice) en insertion professionnelle spécialisé(e) en communication

Durée

2 jours

Constitution du groupe

8 à 10 participants

Tarif

Intra : Nous consulter

Inter : 450€ par personne

Dates, lieu

Nous consulter