



ENTREPRENDRE
& DEVENIR
CONSEIL - FORMATION - COACHING

Mieux se connaître pour mieux communiquer

Prendre conscience de ses modes de fonctionnements et de ses comportements pour améliorer sa communication

Objectifs pédagogiques

- Repérer ses propres modes de communication
- Acquérir une plus grande efficacité au niveau relationnel e communicationnel
- Générer des relations constructives et favoriser la coopération

Public et pré requis

- Entre 6 à 12 participants pour permettre une bonne dynamique du groupe
- Toute salarié et collaborateur désirant améliorer sa communication

Moyens pédagogiques

- Power point, Paperboard, Echanges, jeux de rôles, exercices en sous groupe
- Remise de supports "papier" et "informatiques"
- Intervenant : Philippe MARTIN

Suivi et évaluation des résultats

- Document d'évaluation de satisfaction
- Attestation de présence
- Attestation de formation individualisée

Programme

Mieux se connaître : Se centrer sur soi

Connaître son système de valeur et ses modes de fonctionnement
Appréhender ses qualités et ses limites comportementales

Mieux se connaître : Se centrer sur l'autre

Identifier son style de communication
Identifier ses registres de fonctionnement avec l'autre

Communiquer efficacement

Les 4 lois de la communication
Les principes de la communication interpersonnelle
L'écoute active
La reformulation
Le questionnement
La synchronisation
Se mettre en phase avec l'autre
Les différents outils
Les attitudes de Porter
La boussole du langage

Communiquer en situation délicate

La communication non violente
Savoir oser dire non

Déterminer ses objectifs de progrès

*L'ensemble du programme est ponctué d'échanges entre les participants, d'exercices de mise en situation en sous groupes et de différents jeux de rôles
Jeux de rôles : reformulation / questionnement / synchronisation / communication non violente
Exercices : Cerveau total (Ned Hermann) Tests drivers.....*

Dates et lieux

- 2 jours



ENTREPRENDRE & DEVENIR
102 Rue de Strasbourg 51100 Reims
Tél : 06 64 97 76 60 Site web: www.entreprendre-devenir.com
Mail : contact@entreprendre-devenir.com

N° Siret : 80006471900019
Code APE : 7022Z