



## Mieux communiquer et faciliter ses relations avec ses interlocuteurs



### PUBLIC

Tout public

### PRE-REQUIS

Aucun.

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Découvrir le fonctionnement des relations interpersonnelles et prendre conscience de l'impact de son langage sur l'autre.
- Mieux se connaître pour accueillir et gérer les émotions et faciliter sa relation à l'autre.
- Acquérir des outils pour communiquer de manière efficace dans la bienveillance et le respect de l'autre et de soi.

### CONTENU

#### Comprendre l'importance d'une bonne communication

- Définir les différentes formes de communication
- Prendre conscience de son propre mode de communication
- Identifier les barrières qui empêchent de communiquer efficacement

#### Maitriser les techniques de la communication verbale et non verbale

- Acquérir les comportements facilitant la relation à l'autre
- Etablir une relation de confiance avec son interlocuteur
- Développer ses facultés d'écoute et de reformulation
- Utiliser le questionnement et choisir les bons mots

#### Prendre confiance dans sa communication verbale

- Accueillir ses émotions et identifier ses besoins
- Exprimer clairement ses objectifs et ses attentes
- Savoir dire non
- Transformer les conflits en dialogue

Méthodes et outils pédagogiques : jeux formatifs, exercices pratiques ; supports théoriques et méthodologiques .

Livrables : attestation de stage, de formation ; bilan pédagogique ; support de cours.

Méthodes d'évaluation :

En entrée de formation : analyse reflexive, en sortie de formation : Analyse réflexive, exercices pratiques, questionnaire d'évaluation à chaud.

LIEU	INTERVENANT	DUREE	COUT TTC	CODE	CALENDRIER
NOUMEA KONE	FORMATEUR EXPERT EN MANAGEMENT D'EQUIPE	14H	55 000 F 65 000 F	4870	NOUS CONSULTER