

## MIEUX COMMUNIQUER AVEC SES COLLABORATEURS

**DURÉE : 2 JOURS**

### OBJECTIFS

- Appréhender l'importance d'un bon relationnel
- Identifier les différents types de communication
- Développer une qualité d'expression et mieux adapter son comportement dans les relations interpersonnelles afin de gagner en efficacité

### PROGRAMME

*Présentation de la formation, des participants et de leurs attentes spécifiques*

#### Comprendre les fondamentaux de la communication

- Découvrir les bases de la communication
- Prendre conscience des enjeux et des difficultés de la communication
- La déperdition du message
- Les filtres de nos représentations
- L'écoute active
- La communication verbale et non-verbale

#### Mieux se connaître dans sa communication

- Prendre conscience de sa personnalité
- Evaluer son style de communication à l'oral
- Identifier ses points forts et ses axes de développement

#### Les clés d'une communication réussie

- S'adapter
- Connaître ses positions
- Déterminer l'objectif de l'échange
- Identifier les attentes de son interlocuteur
- Raisonner « gagnant-gagnant »
- Choisir ses mots et argumenter avec pertinence
- Argumenter avec pertinence
- S'affirmer dans la communication
- S'affirmer dans la communication et savoir dire non
- Formuler ses désaccords de manière non conflictuelle
- Exprimer des critiques non agressives
- Instaurer une relation de respect et de confiance avec son interlocuteur

#### Bilan, évaluation et synthèse de la formation

# MODALITÉS D'ÉVALUATION D'ATTEINTE DES OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Évaluation individuelle du profil, des attentes et des besoins du participant avant le démarrage de la formation
- Évaluation des compétences en début et en fin de formation via un questionnaire
- Exercices, travaux pratiques, entretiens avec le formateur
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation
- Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation

## MODALITES PEDAGOGIQUES

- Apport théorique et méthodologique : séquences pédagogiques
- Contenus des programmes adaptés en fonction des besoins identifiés
- Questionnaires, exercices
- Réflexion et échanges sur cas pratiques
- Retours d'expériences

## ÉLÉMENTS MATÉRIELS

- Mise à disposition de tout le matériel informatique et pédagogique nécessaire par l'entreprise commanditaire
- Livret de formation format numérique projeté sur écran
- Livret de formation numérique envoyé par mail aux participants à la fin de la formation
- Feuilles de présences signées des participants et du formateur

## RÉFÉRENT PÉDAGOGIQUE ET FORMATEUR

- Chaque formation est sous la responsabilité de Joey Coulon unique formateur de la société Joey My Coach

## TARIFS

- Le tarif des formations s'élève à 250€ HT par personne & par jour
- 3 personnes minimum – 15 maximum, Finançable via votre OPCO

## ACCESSIBILITÉ & PRÉREQUIS

- En présentiel ou en distanciel
- Adaptation par rapport au handicap en amont. Aucun prérequis n'est nécessaire