

Pause Zen Communication

29 rue Chappe – 63100 Clermont-Ferrand

06 73 23 01 81 – 09 62 38 83 76 - pausezen@orange.fr

SIRET : 43973742000026 - Enregistré sous le numéro

84630500763 auprès du Préfet de Région Auvergne-Rhône-Alpes



COMMUNIQUER EFFICACEMENT - COMMUNICATION INTERPERSONNELLE DANS LE CADRE PROFESSIONNEL

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION

Profil du stagiaire

- Tout public

Prérequis

- Formation ouverte à toute personne (tous niveaux) qui souhaite acquérir une meilleure confiance en soi dans sa communication interpersonnelle et professionnelle.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ✓ Adapter sa stratégie de communication avec ses interlocuteurs
- ✓ Mieux gérer les situations relationnelles: les appréhender, les gérer et les prévenir
- ✓ Améliorer ses qualité relationnelles (écoute, compréhension, non jugement,...)
- ✓ Être plus à l'aise en communication au quotidien
- ✓ Secret professionnel – Discrétion – Devoir de réserve

PROGRESSION PEDAGOGIQUE

1. Introduction générale
 - 1.1. Pourquoi il est intéressant de prendre conscience de sa communication au travail ?
 - 1.2. La communication que peut-elle apporter à chacun au travail ?
 - 1.3. Le secret professionnel, la discrétion, devoir de réserve
2. Les bases d'une bonne communication
 - 2.1. Détails des différentes composantes de la communication
3. Les difficultés en communication interpersonnelle
 - 3.1. La gestion des émotions
 - 3.2. Les situations difficiles (conflits, jugements, oser dire et faire une demande, refuser, etc...)
4. Les techniques de communication
 - 4.1. Développement des outils et méthodes

5. Développement en communication
 - 5.1. L'affirmation de soi en communication
 - 5.2. La communication dans l'équipe
 - 5.3. La communication avec la hiérarchie

ORGANISATION

Le formateur

Fabrice Galland – Formateur

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation
- Documents supports de formation
- Exposés théoriques
- Analyse des situations par les stagiaires
- Travaux pratiques de mises en situation individuelle et en groupe
Échanges et discussions

Dispositif de suivi et d'évaluation des résultats de la formation

- Questions orales individualisées en fonctions des participants
- Mises en situation
- Questionnaire d'évaluation

Durée formation : 3 jours

Tarif formation : 1000 € HT / jours / groupe

Retrouver les CGV sur www.coachconcept.fr/formation.html

Intervenant : **Fabrice Galland** – Formateur en communication – Praticien PNL – Praticien Hypnose