

FORMATION RH

Mieux se connaître pour mieux communiquer

Objectif :

Acquérir une meilleure connaissance de soi et prendre conscience des filtres de sa perception pour développer ses qualités d'écoute et de communication.

Programme :

- **D'abord, mieux se connaître :**

- Mesurer la confiance en soi et ses attentes envers l'Autre
- Mesurer l'estime de soi et de l'Autre
- Identifier les situations où je me sens supérieur ou inférieur et les comportements induits
- S'exercer à retrouver une posture relationnelle équilibrée, assertive

- **Pour mieux communiquer :**

- Adapter sa gestuelle, son énergie pour entrer en contact avec son interlocuteur et lui montrer l'attention qu'il mérite
- Reformuler et ... reformuler pour aider son interlocuteur à s'exprimer plutôt que « bavarder »
- Cibler les questions véritablement pertinentes pour clarifier les objectifs, les besoins des interlocuteurs
- Apprendre à entendre les motivations derrière les mots utilisés plutôt que d'utiliser son propre référentiel
- S'exercer dans les situations « difficiles pour soi », comme par exemple demander, refuser, recadrer, traiter une objection, négocier un tarif, gérer une plainte, etc... selon les cas des participants.

Méthodes pédagogiques :

- Autodiagnostic, Analyse des cas rencontrés par les participants au travers d'outils d'Analyse Transactionnelle, de Programmation Neuro Linguistique et/ou de Dialogue Intérieur
- Mises en situation commentées

Modalités d'évaluation :

- Evaluation orale individuelle du niveau de chacun en entrée en formation
- Formulation individuelle des attentes en entrée en formation
- Mises en situation en cours de formation selon les cas des participants
- Evaluation individuelle orale et écrite de fin de formation

Prérequis : Aucun

Public : Tous collaborateurs

Durée : 2 jours

Effectif : 4 à 12 participants

Dates et conditions d'accès : conditions d'inscription et dates de réalisation à définir avec l'entreprise

Règlement intérieur : le règlement intérieur de l'entreprise accueillante s'appliquera lors des formations.

Accessibilité : pour les personnes en situation de handicap, merci de prendre contact pour étudier votre demande et les besoins de compensation.

Tous mes programmes sont réalisés sur-mesure pour répondre à vos besoins.

Proposition et devis sur simple demande.

Intervenante et Contact :

a.maire@amconseiletcoaching.fr



AM.Conseil

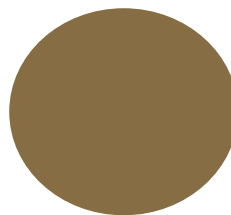
Formation & Coaching

E.I. Angélique MAIRE

6 Bis Chemin de la Fosse Ponchon

60280 CLAIROIX

Tél : 06.18.99.94.63



Site internet : amconseiletcoaching.fr

FORMATION RH

Mieux se connaître pour mieux communiquer