

Optimiser sa communication dans un environnement professionnel

2 jours - 14 heures

Code formation : ADHCOM0404



adhara.fr

Objectifs

Comprendre son mode de fonctionnement en communication professionnelle et l'adapter aux différents interlocuteurs.

Présenter ses idées en allant à l'essentiel.

Savoir écouter, poser des questions et partager des informations.

Faire face aux différentes situations de communication propres à son activité et gérer son stress.

Participants

Toute personne souhaitant améliorer sa communication professionnelle.

Prérequis

Pas de prérequis pour cette formation

Pédagogie

La pédagogie est basée sur le principe de la dynamique de groupe avec alternance d'apports théoriques, de phases de réflexion collectives et individuelles, d'exercices, d'études de cas et de mises en situations observées. Formation / Action participative et interactive : les participants sont acteurs de leur formation notamment lors des mises en situation car ils s'appuient sur leurs connaissances, les expériences et mettront en œuvre les nouveaux outils présentés au cours de la session.

Remarques

Certification

Profil de l'intervenant

Consultant-formateur expert. Suivi des compétences techniques et pédagogiques assuré par nos services.

Moyens techniques

Encadrement complet des stagiaires durant la formation. Espace d'accueil, configuration technique des salles et matériel pédagogique dédié pour les formations en centre. Remise d'une documentation pédagogique papier ou numérique à échéance de la formation.

Méthodes d'évaluation des acquis

Un contact téléphonique est systématiquement établi avec le stagiaire ou la personne chargée de son inscription afin de définir le positionnement. Si besoin, un questionnaire est adressé pour valider les prérequis en correspondance et obtenir toute précision nécessaire permettant l'adaptation de l'action. Durant la formation, des exercices individuels et collectifs sont proposés pour évaluer et valider les acquis du stagiaire. La feuille d'émargement signée par demi-journée ainsi que l'évaluation des acquis sont adressées avec la facture.

Programme

Optimiser sa communication dans un environnement professionnel

2 jours - 14 heures

Code formation : ADHCOM0404



adhara.fr

Se connaître dans ses réactions face aux autres

L'image de soi
Traduire ses idées en prises de décisions et en actions concrètes
Affirmer ses demandes, ses réponses, ses refus
Maîtriser son stress en situation de communication
L'écoute active : les canaux de distribution
Reformuler pour améliorer
Efficacité de la communication : le langage et la précision

Mieux apprendre à se situer dans les relations avec les autres

Les règles d'or de la communication
Être précis à l'écoute notamment avec les étrangers
Le langage
Le rapport à l'autre
La cohérence
Savoir encourager
Savoir dire ce qui ne va pas sans froisser
Savoir exprimer son point de vue ou celui de la hiérarchie et le faire partager
Savoir féliciter