Mieux communiquer au travail

Présentiel - Synchrone

Objectifs

Communiquer avec assertivité au travail

Public Visé

Tout public

Pré Requis

Tout public
Savoir communiquer en français

Objectifs pédagogiques et d'évaluation

S'adapter à l'interlocuteur par une écoute active et empathique
Communiquer de façon assertive et faire face positivement à des comportements passifs, critiques et agressifs

Méthodes pédagogiques

• Des ateliers variés : tests, travail collaboratif,partages d'expériences, exercices.

Des liens vers des ressources supplémentaires: fiches techniques et fiches outils Mémo.

Parcours pédagogique

• Mieux communiquer

• Les difficultés inhérentes à la communication et les paramètres à prendre en compte.
• L'importance du langage non verbal.
• Une grille de compréhension des relations interpersonnelles : le
• PAE de l'analyse transactionnelle.
• Examiner ses propres comportements et leur incidence sur autrui.

• Les principes de l'assertivité

• S'exprimer en milieu professionnel

• Identifier les critères de ses interlocuteurs.
• Se mettre en empathie avec tout interlocuteur : collègue, hiérarchie….
• Se confronter aux différentes situations de communications

Professionnelles.
• Recevoir l'information et la transmettre avec

objectivité.
• Savoir formuler une demande.
• Savoir poser des limites.
• Refuser, exprimer un désaccord.
• Faire face à un comportement agressif.
• Prendre la parole en réunion.

• S'affirmer en toutes circonstances, dans le respect et la considération d'autrui

• Affronter la critique et critiquer positivement.
• Oser affirmer et défendre son point de vue.
• Savoir accéder à ses états de ressource : confiance de soi, réussite.
• Obtenir un impact positif.
• Se donner des objectifs d'actions réalisables.

Elaboration d'un plan d'action personnel, définissant les axes de progrès.

Qualification Intervenant·e·s

Consultante formatrice spécialisée en développement personnel et techniques de communication professionnelle.

Méthodes et modalités d'évaluation

Modalités d'évaluation :
Observations / mises en situation
Tests / Questionnaires
Autres : .....

Modalités d'accessibilité handicap

Nathalie Ripoll : nathalie@accoformation.com

Durée

14.00 Heures **2** Jours

Effectif

10

Tarifs

Inter (Par personne) : **710.00 € HT**

Contactez-nous !

Sabine ACCO
Présidente SAS
Tél. : 0468250084
Mail : sabine@accoformation.com