

Communiquer avec efficacité et assertivité

COMEFFIASSER

Présentiel - Synchrone

Objectifs

Prendre conscience de sa communication et de la transmission de son message avec les autres. Acquérir les primordiales d'une communication efficace. Le stagiaire après son autoévaluation sera en mesure de gérer ses échanges face à n'importe quel public, s'adapter et sensibiliser sa capacité d'orateur

Public Visé

Tout public

Pré Requis

Aucun

Objectifs pédagogiques et d'évaluation

Comprendre l'impact de la communication dans une relation
Communiquer avec différents types de public
Développer son potentiel d'orateur, animateur, et autres profils
Communiquer à l'écrit et motiver par ses propos

Méthodes pédagogiques

Exercices pratiques sur des cas concrets d'entreprise
Evaluations : Tour de table, Réflexions, Exercices pratiques
Un support pédagogique de la formation sera remis à chaque stagiaire à la fin de la session.

Qualification Intervenant-e-s

Formateur expert en communication

Parcours pédagogique

LA COMMUNICATION DANS TOUS SES ETATS

- Auto-évaluation : identifier sa communication
- Les outils en communication
- Les différents types de communication
- Les différents éléments en communication

LE PROCESSUS DE COMMUNICATION

- L'interprétation
- Le non verbal
- Le paralangage
- L'improvisation
- Le regard, les gestes, les mimiques

NOUS ET LA COMMUNICATION

- La maîtrise de soi en communication
- Sa communication au quotidien
- S'intégrer par sa communication
- Les canaux sensoriels de communication et leur fonctionnement
- Le sens et ses composantes
- Les obstacles à l'écoute et les paramètres d'efficacité

LA COMMUNICATION ECRITE

- Les techniques de la communication écrite
- Un écrit structuré
- Concision et clarté
- Communication écrite informative et motivante
- Rester authentique et factuel
- Astuces et trucs pour gagner du temps

COMMUNICATION ET GESTION DU STRESS

- Comprendre et gérer son stress
- Parler en public
- Identifier ses stressseurs
- Mécanisme du stress
- Stratégies de la gestion du stress

ASSERTIVITE ET AFFIRMATION DE SOI

- Les fondamentaux de l'affirmation de soi
- L'assertivité : attitude et état d'esprit
- S'autoriser des droits tout en respectant les autres et les enjeux
- Les comportements annexes : passivité, agressivité et manipulation
- Gérer les conflits par l'assertivité

STRATEGIE Formation - Numéro de déclaration d'activité (ne vaut pas agrément de l'état) : 95970120697

Stratégie Informatique

Guadeloupe : Immeuble la Coupole, Grand-Camp 97142 ABYMES Tél : 05 90 83 06 18 Fax : 05 90 83 46 71

Martinique : Immeuble Sera n°6, Zone de Manhity 97232 LAMENTIN Tél : 05 96 57 40 20 Fax : 05 96 51 60 53

SARL AU CAPITAL DE 7775€ - SIRET 352 717 193 00044-APE 6202 A

Méthodes et modalités d'évaluation

- Questionnaire de positionnement - Evaluation en cours de formation : exercices - Evaluation de fin de formation : Qcm - Bilan individuel des compétences acquises - Questionnaire de satisfaction à chaud

Modalités d'Accessibilité

Nous consulter



Durée

21.00 Heures

3

Jours

Effectif

De 2 à 8 Personnes



Contactez-nous !

Valéry ROCHE

Responsable de site et chargée de développement

Tél. : 0696528571

Mail : vroche@strategie-info.com