

La communication positive !

Prérequis : aucun.

Public visé : cette formation s'adresse à toute personne désireuse de gagner en efficacité relationnelle dans un esprit positif

Objectifs

- Développer une pensée positive et une communication de qualité pour améliorer son relationnel et un respect mutuel
- Mieux se connaître pour mieux communiquer et éviter les quiproquos
- Savoir gérer ses émotions
- Mettre en place une communication positive pour gagner en efficacité

Aptitudes

En fin de formation, le stagiaire sera en capacité :

- De définir et comprendre son besoin dans la communication positive
- D'apprivoiser ses émotions pour favoriser des « émotions positives » et améliorer sa qualité d'échanges
- D'avoir des conversations constructives par l'écoute active
- De pratiquer l'empathie affective, l'empathie cognitive et la bienveillance au travail
- D'améliorer l'harmonie au sein d'un collectif et de gagner en productivité
- De maîtriser le protocole de communication non violente
- De connaître les mots et expressions à éviter

Compétences

- Maîtrise technique des principaux outils de communication positive
- Confiance en soi dans la relation à l'autre ;
- Relationnel adapté en toutes circonstances
- Ecoute active, assertivité, empathie

Durée : 1 journée soit 7 heures

Délai et modalités d'accès : A partir du premier contact, nous mettons tout en œuvre pour organiser la formation demandée dans un délai d'un mois.

Tarifs : selon modalités d'intervention

Méthodes mobilisées

Caméra, vidéoprojecteur, écran, tableau blanc, interactivité entre le formateur et les stagiaires, mises en situation.

Modalités d'évaluation

Prises vidéo des exercices des stagiaires et projection tout au long de la formation pour un effet miroir et une compréhension de sa communication

Evaluation de la formation par le stagiaire :

- en fin de session, questionnaire à chaud sur les conditions et la qualité de la formation et du formateur.
- questionnaire à froid après trois mois d'application dans son quotidien sur la qualité du contenu de la formation.

L'analyse des questionnaires permettra d'effectuer le cas échéant, les actions correctives nécessaires.

Accessibilité

Pour les personnes en situation de handicap, nous étudions avec vous les possibilités d'aménagement et d'adaptation de nos formations.

Tous nos locaux répondent aux normes d'accès des établissements recevant du public.

