

Communication interpersonnelle

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne évoluant au sein d'une équipe

PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire

DURÉE

1 jour soit 7 heures

TARIF

800€ HT / personne

Tarif intra / sur-mesure : nous contacter

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre les mécanismes de la communication
- Connaître les méthodes de résolutions de conflits
- Dénouer les situations conflictuelles
- Mettre en application les outils de communication tels que l'analyse transactionnelle, la théorie des organisations et l'approche systémique
- Améliorer ses relations professionnelles et par voie de conséquence sa productivité
- Partager sur vos situations respectives et rechercher des solutions

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Formation réalisée en présentiel, afin de favoriser la réflexion, la prise de recul et la mise en pratique.
- Méthodes participatives basées sur l'émergence, le questionnement et le partage d'expérience.
- Alternance de cas pratiques et de jeux de rôle. Partage d'outils accessibles à tous et utiles au quotidien.
- Supports remis aux stagiaires à l'issue de la formation
- Nos formations sont courtes, dynamiques et participatives, afin de favoriser l'engagement des stagiaires et prévenir les risques de rupture de parcours

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Questionnaire préalable de positionnement
- Retour sur les cas « pratiques » et les jeux de rôle : analyse et débriefing
- Synthèse des apports
- Evaluations à chaud

CONTENU DE LA FORMATION

I - S'APPROPRIER ET UTILISER LA BOÎTE À OUTILS DU COMMUNICANT

Comprendre les mécanismes fondamentaux de la communication de groupe, découvrir et utiliser l'analyse transactionnelle

- Les états du Moi
- Les relations interpersonnelles
- Les styles de communication et de management
- Les positions de vie
- Les accords tolèques
- Les bases de la Communication Non Violente (CNV)
- La communication assertive
- La cohésion d'équipe

II - ANTICIPER ET /OU RÉSOUDRE LES SITUATIONS CONFLICTUELLES

- Reconnaître les jeux psychologiques
- Comprendre les émotions des autres
- Dénouer les situations propices aux conflits
- Rétablir une relation de confiance

