



Programme de la formation

OPTIMISER MA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE EN MILIEU PROFESSIONNEL

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Approfondir la connaissance de soi et des autres pour mieux communiquer
- Mobiliser ses qualités personnelles pour construire sa communication
- Développer des attitudes appropriées pour faire face aux différentes situations de communication professionnelle

DÉROULEMENT DE LA FORMATION

Jour 1 : Mieux se connaître pour mieux communiquer : 7 H

- Connaître les fondamentaux de la communication.
- Découvrir le langage des couleurs : de quoi s'agit-il ?
- Ajuster ses comportements face aux autres.
- Prendre conscience de l'utilité d'adopter une attitude coopérative.

Jour 2 : Développer des comportements facilitateurs de la communication : 7h

- Développer son écoute active pour perfectionner sa communication.
- Découvrir la force du questionnement et de la reformulation pour la compréhension mutuelle.
- Ajuster sa communication non-verbale pour clarifier le discours.
- Construire sa stratégie de communication gagnante.

NOTRE MÉTHODE

Nous avons à cœur de rendre ludiques et efficaces les formations APPTE.

Nous avons développé notre méthode de formation sur **la base du DISC** pour une découverte rapide des principaux comportements.

L'alternance entre théorie et pratique développe un **apprentissage par l'action** et permet un ancrage à long terme des indispensables de la formation.

ÉVALUATION

Évaluation formative : en début de session de formation

Évaluation sommative : en fin de session de formation par quizz / mise en situation

Questionnaire de satisfaction en fin de formation

