

DÉVELOPPER SA COMMUNICATION

au service du travail d'équipe

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité de :

- communiquer sur ses besoins et ceux de l'autre pour se comprendre et mieux travailler ensemble
- identifier et formuler les besoins insatisfaits source de tension
- formuler des demandes réalistes pour à un échange constructif
- communiquer avec diplomatie et empathie

Programme

Jour 1 : Faire le point sur son comportement

- identifier les composantes de son image
- comprendre les raisons d'une mauvaise communication

Communiquer avec diplomatie et empathie

- développer une écoute active et agir selon la sagesse Toltèque (parole impeccable, ne jamais prendre les choses personnellement, ne jamais faire de supposition, faire toujours de son mieux)
- gérer ses émotions / questionner et reformuler pour être en phase

Jour 2 : Poursuite de la sagesse toltèque puis

Analyser son comportement pour coopérer

- identifier les différents types de comportement en entreprise (comportement refuge, passif, agressif, manipulateur)
- aligner valeurs et comportements
- adopter le bon comportement (surmonter la passivité, désamorcer l'agressivité, recadrer le manipulateur)

Jour 3 : Affirmer sa position avec respect

- être assertif et factuel pour communiquer
- exprimer son avis de façon constructive
- dépasser les situations délicates, savoir dire non

Emettre une critique et savoir en recevoir

- comment exprimer une critique constructive
- comment faire face à la critique

Jour 4 : Jour 3 + 3 mois

- temps d'évaluation par mise en situation
- étude de situation apportée par chacun

Méthode et outils pédagogiques

Outils possibles : schéma de la communication, les profils de comportement, Ennéagramme, sagesse toltèque, gestion des émotions

Méthode : participative, mise en situation, jeux de rôle, grille d'observation, débat et apports théoriques selon les concepts abordés.

Attestation de fin de formation.

Évaluation : Mise en situation | Étude de cas concret, résolution de problème | Écriture d'une feuille de route

Tarifs

- POUR UN GROUPE DE 12 MAXIMUM : 4 400 €

Finalités

S'affirmer au quotidien dans les situations professionnelles pour communiquer avec bienveillance et efficacité au sein de son équipe.

Public visé

Salarié·es et managers souhaitant améliorer le travail d'équipe.

Pré-requis

Aucun.

L'équipe en totalité pour plus d'efficacité.

Durée de la formation

28h réparties en 4 séances de 7h

Dates

À définir en fonction de vos besoins.

Lieu de la formation

En intra dans votre structure

Contact : 02 41 30 50 55 / 06 70 52 73 19
formation@centresocial-chemille.asso.fr

Nombre de bénéficiaires

12 personnes maximum par groupe

Intervenante

Valérie Malard, sophrologue spécialisée en communications appliquées.