

DÉVELOPPER SON IMPACT RELATIONNEL GRÂCE À UNE COMMUNICATION EFFICACE



NON CERTIFIANTE 

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL 

Les **aptitudes** développées pendant la formation, vous assurent **agilité** et **adaptabilité** professionnelle.

Vos compétences et connaissances sont **optimisées** et votre **performance reconnue**.

Le **développement** de compétences doit **répondre** à **des besoins** de formation identifiés.

Grâce à une formule de formation personnalisée, vous investissez sur votre **capital humain**.



Les objectifs du programme

- Comprendre les mécanismes, les enjeux et difficultés de la communication
- Prendre conscience de son positionnement par rapport aux autres
- Développer son impact personnel et relationnel pour gagner en présence
- Avoir une communication qui favorise la coopération

Les détails de la formation

Pré-requis



Aucun

Public



Toute personne souhaitant améliorer ses relations interpersonnelles

Durée



14 heures
+ 3 heures de REX

Modalité



Groupe 

Format



En présentiel ou distanciel 



Évaluation

Application en environnement professionnel

Formateur

Il possède des compétences techniques et une expérience professionnelle métier

Accessibilité Handicap

Adaptation des modalités pédagogiques, techniques ou organisationnelles avec le référent handicap



Cette formation vous intéresse ?





Une formation sur-mesure

Le test de niveau et l'**audit** téléphonique au démarrage de la formation permettront de personnaliser et adapter le programme de formation



Le rythme de la formation

Face à face : 2 journées

Visio-formation : Session de REX



Support de formation

→ Supports personnalisés et ateliers de mises en situation / jeux de rôles

→ Adaptés aux besoins et objectifs de votre formation

→ Sélection du formateur selon votre besoin et votre profil

→ Session de REX

Pédagogie

Adaptation du contenu en fonction des besoins professionnels.

Alternance **d'apports théoriques et de pratique** dans l'environnement professionnel.

Théorie co-construite à partir des constats établis



Le programme

1 | Les fondamentaux de la communication

- **Comprendre le processus de communication**
- **Connaitre les freins et les leviers d'une communication efficace**
 - Communication verbale / non verbale
 - Nos représentations et idées préconçues
 - La différence entre informer et communiquer
 - La synchronisation
 - ...



2 | Comprendre notre positionnement dans nos relations

- Avoir conscience de sa personnalité et de son comportement
- Évaluer son style de communication
- Identifier ses freins à l'échange pour les dépasser

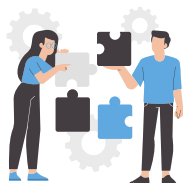
3 | Adapter et améliorer sa communication pour avoir plus d'impact

- Développer une écoute active
- Les techniques de questionnement et de reformulation
- Savoir affirmer son autorité et ses choix dans le respect de l'autre
- Les attitudes face aux objections
- Transformer un problème en objectif
- Trouver les stratégies de communication adaptées à ses interlocuteurs
- Exprimer son message sans se laisser submerger par la pression



4 | Une bonne communication pour une meilleure coopération

- Identifier les rôles et les motivations de chacun
- **Identifier les freins d'une communication coopérative** : jugements, étiquettes, comparaisons, interprétations...
- Avancer dans l'intérêt de l'atteinte des objectifs communs
- Repérer les éléments qui permettraient de favoriser la communication
- Instaurer des rapports équilibrés tenant compte des personnalités de chacun
- **Comprendre et respecter ses interlocuteurs** : adapter ses attitudes et ses discours, la confrontation positive, faire preuve de flexibilité ...
- Clarifier les situations délicates
- **Organiser une communication efficace pour gérer les imprévus** : donner des feed-back et en recevoir



REX : Session de Retour d'expérience

Élaboration d'un plan personnel de développement :

1. Avant le REX : Se fixer 2 objectifs à atteindre sur une période déterminée
2. Durant le REX : Débriefing des réalisations lors des séances de REX (Retour sur Expérience) en visio

Modalités de réalisation de la formation

Moyens techniques

Lors des formations en distanciel, les séquences en visioconférence sont organisées via **l'outil utilisé dans l'entreprise** du stagiaire (Teams, Zoom, Meet, ...)

Une **assistance technique** est assurée par un référent pédagogique CAPECIA.

Les formations en présentiel se déroulent au sein de l'entreprise cliente dans une salle de formation adaptée.

Modalités d'évaluation

La **progression** est évaluée par le formateur **tout au long de la formation** (résultats des exercices, questions-réponses, ...)

Et par un **test d'évaluation des acquis** en fin de formation (QCM, mise en situation, études de cas, ...).

L'évaluation est complétée par le **recueil par téléphone et en ligne des appréciations** du stagiaire à l'issue de la formation et par le bilan du formateur.

Modalité de sanction

Remise d'une **attestation de fin de formation**.



Je veux démarrer cette formation! 

Découvrir les solutions de financement 