



PROGRAMME DE FORMATION – SAVOIR DIRE LES CHOSES

MAJ 21/09/2020

LES MODALITES

OBJECTIFS 1 - Maîtriser la communication interpersonnelle des messages positifs et négatifs avec collègues et collaborateurs 2 - Savoir adopter attitude et posture adaptées aux situations difficiles 3 - S'affirmer sans agressivité et formuler une demande précise 4 - Maîtriser les techniques de l'écoute active	MOYENS PEDAGOGIQUE - Apports théoriques - Jeux de découverte - Jeux de rôle - Mises en situation et discussions de groupe - Auto-évaluation du stagiaire
PRE REQUIS ET PUBLIC CONCERNE Aucun prérequis n'est nécessaire pour cette formation, si ce n'est parler et comprendre la langue dans laquelle est délivrée la formation Cette formation s'adresse en priorité aux cadres ou assimilés ayant des fonctions d'encadrement, aux chefs de projet et membres de groupe de travail	PROFIL FORMATEUR Minimum 5 ans d'expérience de formateur Expérience probante en entreprise Spécialiste de l'accompagnement d'équipe
DUREE 7 heures	CONTACT ET TARIF Karine Keller – Sur devis
LIEU Intra entreprise	ACCESSIBILITE Le siège social ne dispose pas d'un accès handicapé. Concernant les lieux de formation, il conviendra de systématiquement se renseigner et inscrire les renseignements dans la convention de formation. Il revient à l'entreprise accueillante de s'assurer de l'accessibilité des locaux.

LE PROGRAMME

Prendre conscience des conséquences à ne pas communiquer ou mal communiquer les messages positifs et négatifs Comprendre la valeur d'une communication fluide et confiante Reconnaitre les freins à la communication Prendre conscience des conséquences d'une mauvaise communication Identifier les conflits chauds, les conflits froids et leur manifestation Evaluer l'imprécision de sa communication Jeux de rôle et mise en situation	Savoir exprimer les messages positifs et négatifs Savoir choisir le bon moment Adopter une communication non verbale adaptée Motiver par le compliment sur l'effort Utiliser la méthode de la CNV (communication non violente) pour les messages négatifs Jeux de rôle et mise en situation
Savoir écouter Adopter un état d'esprit empathique Accepter les critiques et reconnaître ses torts. Maîtriser les techniques d'écoute active Adopter une communication non verbale adaptée Jeux de rôle et mise en situation	Intervenir au bon moment Favoriser selon le message le meilleur moment pour communiquer Jeux de rôle et mise en situation