



## MIEUX COMMUNIQUER POUR TOUT SIMPLIFIER

### OBJECTIF :

Adopter des techniques de communications adaptées afin d'améliorer les relations en situation professionnelle comme personnelle

### COMPETENCES VISEES :

Être capable de :

- Pratiquer une écoute active
- Se faire comprendre sans doutes
- Utiliser les bons outils d'expression
- Dénouer une situation difficile
- S'affirmer sans agressivité

### PROGRAMME :

#### 1°) Collecte des représentations

- Comment communique-t-on ?

#### 2°) Les objectifs de la communication

#### 3°) Les positions de vies et l'empathie

#### 4°) L'écoute et la reformulation

#### 5°) Le verbal, para-verbal et non-verbal

#### 6°) Le message, le code et le canal

#### 7°) La lecture objective, l'expérience, le cadre de référence, les représentations et l'interprétation

#### 8°) La maîtrise des émotions

#### 9°) Gestion de conflits

#### 10°) Analyse transactionnelle et communication non violente

#### 11°) Collecte des nouvelles représentations et connaissances

#### 12°) Evaluations à chaud et présentation de l'évaluation à froid

#### 13°) Echanges libres

**DUREE :** 2 jours (14 heures) **PREREQUIS :** Aucun

**Tarifs :** 1990 € nets de taxes hors frais déplacement

**Personnes en situation de handicap :** L'entreprise s'assure de l'accessibilité suivant ses stagiaires

### METHODES PEDAGOGIQUES :

Pédagogie participative selon notre processus d'apprentissage : **EREC** : Engagement / Réflexion  
Expérimentation / Compréhension / Action

### EVALUATIONS :

- **à chaud :** des acquis de connaissances par des questions ouvertes et des compétences par des exercices en situations pratiques ; de l'évolution des représentations ; de la satisfaction des participants
- **à froid :** après 6 mois auprès :
  - du stagiaire : auto-évaluation de son comportement et des changements
  - du responsable : évolution des indicateurs et de l'impact de la formation sur la santé des personnes

### DOCUMENTS :

- Livret pédagogique pour chaque participant
- Attestation individuelle de formation
- Bilan pour le responsable (évaluations et remarques des participants et du formateur)



[www.olcf.fr](http://www.olcf.fr) 06.35.34.41.19 [olcf@sfr.fr](mailto:olcf@sfr.fr)

5 imp. du pré du bief 21110 LONGCHAMP

Siret : 411 045 974 00028 - Datadocké

Déclaration OF : 27210399621