

Généré le 25/05/2022

### Votre contexte

Pas toujours facile de se faire comprendre ? Découvrir trop tard que ce qui avait été dit n'a pas été parfaitement compris ? Difficulté de gestion des interactions avec les clients, collègues... Retrouvez du confort au quotidien et optimisez votre communication en participant à cette formation. Elle vous permet de prendre le recul indispensable pour analyser la manière dont vous communiquez, comprendre les techniques et s'entraîner pour optimiser l'impact de ses communications et retrouver de la fluidité et efficacité dans votre quotidien.

### OBJECTIFS

- Détecter son mode de communication
- Savoir exposer clairement un point de vue
- Savoir s'assurer de la bonne compréhension de ces messages
- Savoir communiquer en contexte difficile
- Communiquer pour garder de la maîtrise tout en préservant la qualité de la relation

### PUBLIC

**Cadre et non cadre**

**Pre requis :** aucun

#### Modalités pédagogiques

Pédagogie active et participative

- Autodiagnostic
- Exercices de communication
- Des mises en situations et traitement de cas concrets
- Des illustrations et exemples contextualisés

#### Moyens techniques et d'encadrement

Supports remis aux stagiaires  
Formateur spécialisé en RH, Management et Communication.

#### Suivi des apprentissages

Interactivité, exercices, débriefs, évaluations successives

**Durée de la formation :** 2 jours espacés par une période d'application terrain

**Modalité :** intra

### PROGRAMME

#### Positionnement à l'entrée

##### Diagnostiquer son mode de communication

Comprendre ses forces et ses points de progrès

#### Les mauvaises habitudes de communication

Comprendre les erreurs classiques de communication pour pouvoir les détecter quand elles surviennent et éviter de les reproduire

Identifier les facteurs de stress liés à la communication

*Expérimentation*

#### Savoir exposer un point de vue clairement

Comment préparer son message ?

Savoir exposer et valoriser son point de vue

*Entraînement par mises en situation*

#### S'assurer de la bonne compréhension par d'autres

Comment gagner du temps et de l'énergie en sachant vérifier le niveau de compréhension de son message par d'autres ?

Savoir détecter les signaux de non compréhension potentielle

*Exercices d'entraînement*

#### Les techniques de communication en situation de pression

Gérer efficacement une personne exigeante, vindicative, pressée

Savoir dire non

Défendre une position sans se justifier,

*Entraînement par mises en situation*

#### Les clés pour maintenir une qualité de relation

**Evaluation finale**

**Pour tous renseignements**

**Connexio RH Formation**

7 Rue Pelée 75 011 Paris

Tel : 01.43.55.05.81

[contact@connexio-rhformation.com](mailto:contact@connexio-rhformation.com)

