Formation Booster sa communication

Au travail, il est important de savoir communiquer, s'affirmer, argumenter et négocier. Cette formation vise à développer des compétences en communication, à se doter d'outils concrets et à s'interroger sur le rapport aux autres.

0

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Mieux appréhender la complexité des échanges et de la communication

Améliorer son style de communication

Développer une attitude d'écoute active

Renforcer ses aptitudes à l'argumentation et à la négociation

<u>PEDAGOGIE</u>

Interactivité, échanges, partages d'expériences Ateliers, facilitation de l'intelligence collective Exercices pratiques, mises en situations

INTERVENANTE

Marion Mary, Formatrice Psychologue du Travail

<u>PUBLIC</u>

Tout public

DUREE

14H (2 JOURS)

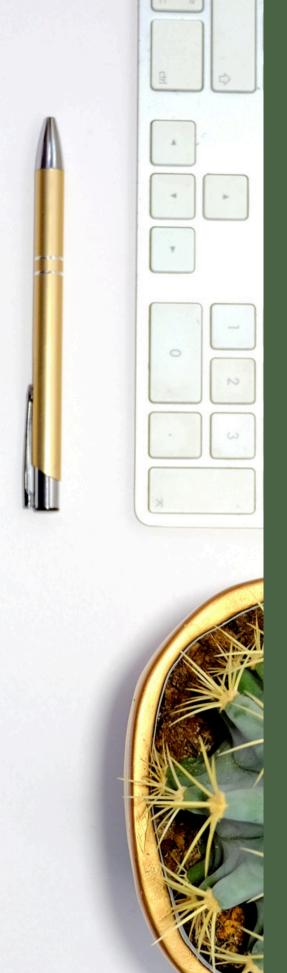
PRE-REQUIS

Aucun

MODALITES D'EVALUATION

Mises en situations et observations par le formateur, questionnaires de satisfaction





Programme

1 QU'EST-CE QUE LA COMMUNICATION ?

Mise en situation par le jeu et débat sur la complexité des échanges

2 LA CONSTRUCTION DE NOTRE REALITÉ ET LES OBSTACLES À LA COMMUNICATION

Les 3 filtres Les 3 processus Le cadre de référence La différence entre opinion et fait

3 LES DIFFERENTS NIVEAUX DE COMMUNICATION

Le communication verbale
La communication non-verbale
La communication para-verbale

4 L'ECOUTE ACTIVE

Evaluer sa capacité d'écoute
Pratiquer l'écoute active (questionnement, reformulations, relances)
Les attitudes de Porter
Mise en situation

5 L'AFFIRMATION DE SOI

Modèle de l'assertivité Technique du DESC La communication non-violente

6 ARGUMENTER, NEGOCIER, CONVAINCRE

Développer une stratégie de communication pour argumenter Mise en situation

Cabinet DAC
3, allée de la Corrèze - 31770 COLOMIERS
05.61.30.19.12. / contact@cabinetdac.com
www.cabinetdac.com

Formation Booster sa communication

<u>Les formations du Cabinet DAC en chiffres sur</u> <u>l'année 2025 :</u>

🗎 117 stagiaires formés

★★★★ Taux de satisfaction globale de nos stagiaires (rythme, durée, supports, interactivité) = 4,8/5

? A la question : "la formation Booster sa communication correspondait-elle à vos attentes et objectifs ?", 100% des répondants répondent "oui" ou "plutôt oui"

