



## “Développez une communication professionnelle saine, efficace et impactante”



### INFORMATIONS



#### Pré requis

aucun



#### Groupe

De 4 à 8 personnes



#### Durée

3 jours



#### Modalités

En présentiel  
Inscription avec bulletin



#### Suivi et validation de la formation

QCM en fin de stage  
Attestation de stage

Investissement personnel



Mise en situation



Développement personnel



### Méthodes pédagogiques

Etudes théoriques et méthodiques.  
Analyses de situations concrètes  
personnelles. Travail d'analyse sur soi

### Outils pédagogiques

Partage d'expériences, apports théoriques,  
mise en situation, tests, exercices,  
auto-évaluation et autodiagnostic.

### A qui s'adresse ce stage?

**Professionnels en Entreprise :** Les employés de tous niveaux hiérarchiques, des employés de base aux cadres supérieurs, car la communication efficace est essentielle dans tous les domaines professionnels.

**Étudiants et Jeunes Professionnels :** Les étudiants en fin de cycle ou les jeunes professionnels qui cherchent à améliorer leurs compétences en communication.

**Responsables d'Equipe :** Les gestionnaires et les chefs d'équipe qui souhaitent renforcer leurs compétences en communication pour diriger leurs équipes de manière plus efficace.

**Professionnels en Relation Client :** Les personnes travaillant dans le service client, la vente ou toute autre profession impliquant une interaction régulière avec les clients peuvent bénéficier de ces compétences pour améliorer la satisfaction client.

### OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

Mettre en œuvre un mode de communication sain et adapté aux différents types de personnalités. Savoir se respecter et communiquer efficacement en toute circonstance.

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Connaitre les fondamentaux de la communication interpersonnelle, les codes, les principes. Et acquérir des compétences techniques pour bien communiquer avec les autres.

### PROGRAMME

#### Connaître les bases fondamentales de la communication

- Les 5 principes de la communication selon l'école de Palo Alto
- Les critères et piliers de la communication interpersonnelle
- Les clés d'un message réussit
- Le choix du vocabulaire pour éviter les mots sombres dans une communication
- Comprendre sa carte du monde pour lever les blocages
- Prendre en compte le rôle du langage non verbal

#### Adapter son style de communication à son interlocuteur

- Découvrir son style spontané en communication
- Savoir adapter sa communication en fonction du style de son interlocuteur
- Identifier son VAKOG pour varier son vocabulaire et comprendre ses préférences sensorielles

#### Les leviers pour une bonne communication :

- Connaître les 5 dimensions du langage non verbal
- Prendre conscience de son image renvoyée et identifier l'image souhaitée
- Mettre à jour ses croyances
- Identifier ses messages contraignants
- Lever les freins potentiels à sa communication
- Choisir un antidote à ses drivers pour s'améliorer

#### Développer l'écoute active et l'affirmation de soi :

- Prendre conscience de ses valeurs, les nourrir et les faire respecter
- Identifier sa préférence spontanée entre les 4 attitudes selon SALTER
- Développer son assertivité
- Proposer une communication plus fluide avec le DESC
- Développer son écoute active et pratiquer la reformulation