

BIEN COMMUNIQUER

EN TOUTE SITUATION

€ COÛT

690 € prix nets de toutes taxes



CONTACT

Aurélie Carriac
05 55 18 80 05
acarriac@correze.cci.fr



OBJECTIFS

Communiquer, c'est savoir se faire comprendre en ayant le souci de proposer des explications claires de façon à ce que le message perçu par l'interlocuteur corresponde au message envoyé et ce, en considérant le motif et/ou l'objectif, de ce message.



PUBLIC

Tout public

Pré-requis : aucun

Mode d'évaluation en amont de la formation.

Entretien téléphonique ou rendez-vous individuels + tests de positionnement.



DURÉE

2 jours



DATE

Nous consulter pour connaître les prochaines dates.



LIEU

Inisup à Brive (CCI de la Corrèze) - possibilité sur Limoges ou Guéret, sous réserve du nombre minimum et majoritaire de participants



PROGRAMME

• I - Prendre conscience de son mode de communication

- Découvrir ses attitudes spontanées
- Identifier ses axes d'amélioration
- Comprendre l'origine de sa communication
- Mieux se connaître pour mieux recevoir les autres

II - Eléments de communication

- Communiquer en fonction de ses objectifs
- Apprendre à calibrer, se synchroniser
- Ecouter, comprendre
- Utiliser les règles de langage efficace
 - Questionner
 - Reformuler

III - Travailler l'affirmation de soi

- Gérer le stress Traduire ses sentiments
 - Vérifier son niveau de stress
 - Dépasser ses peurs
 - Relativiser
- Recadrer, négocier
- Développer la congruence
- Gagner en aisance relationnelle

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Apports théoriques et méthodologiques.
- Cas pratiques et/ou mises en situation.
- Remise d'un support pédagogique.

Modalités d'évaluation de la formation :

- Contrôle continu.