

# COMMENT AMELIORER LA QUALITE DE SA COMMUNICATION ?

## OBJECTIF

### S'APPROPRIER LA BONNE POSTURE ET LES BONS MOTS POUR MIEUX COMMUNIQUER AVEC SES COLLABORATEURS

- ☞ Faire passer les bons messages et s'assurer d'avoir bien été compris
- ☞ Comprendre ses propres émotions et celles de ses collaborateurs

## Public et prérequis

Personnel d'encadrement exerçant une responsabilité managériale où se préparant à le devenir.

## Moyens pédagogiques, techniques et encadrement

- ✓ Animation : Laurence BODIN
- ✓ Apports théoriques, échanges d'expériences, exercices pratiques, entraînements, mises en situation
- ✓ Vidéo projecteur – paperboard – supports de cours

## Suivi et évaluation des résultats

- ✓ Document d'évaluation de satisfaction
- ✓ Tour de table en fin de session
- ✓ Attestation de présence

## Date, durée et lieu

- ✓ Date à fixer avec le donneur d'ordre
- ✓ Nombre d'heures de formation : 7h
- ✓ Lieu : OPTYMUS SAINTES ou en Entreprise

## PROGRAMME

ON NE PEUT PAS NE PAS COMMUNIQUER. LA QUALITE D'EXPRESSION, LA QUALITE D'ECOUTE, LA GESTION DE SES PROPRES EMOTIONS ET CELLES DE SES COLLABORATEURS POUR SOIGNER LA QUALITE DES MESSAGES TRANSMIS

### ❖ INTRODUCTION

- ☞ Etat des lieux des problématiques ou préoccupations du manager dans ses pratiques

### ❖ C'EST QUOI COMMUNIQUER ?

- ☞ L'écoute active – l'empathie, la reformulation, le questionnement
- ☞ Echanges autour de situations concrètes vécues par les participants

### ❖ EMOTIONS ? SENTIMENTS ?

- ☞ Leur utilité
- ☞ Leur fonction
- ☞ Attitudes appropriées pour bien les gérer

### ❖ APPLICATIONS - EXPERIMENTATIONS

- ☞ Recueil de situations managériales des participants
- ☞ Expérimentation virtuelle – bonnes pratiques – exercices de simulation

### ❖ MISE EN MOUVEMENT

- ☞ Quelles actions chaque participant va mettre en place à son retour dans l'Entreprise ? Quels petits pas ?

TARIFS SUR DEVIS – Nous consulter

*Pour les personnes en situation de handicap, nous étudierons avec nos partenaires les possibilités d'aménagement et d'adaptation de nos formations*