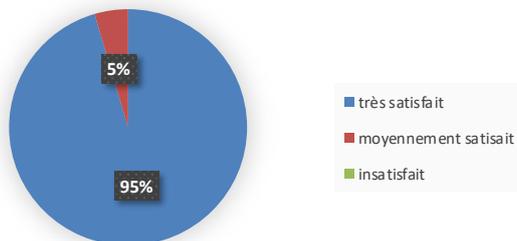




### Satisfaction des Participants



Etude faite en 2025 sur les 17 dernières sessions de formations (envrion 125 personnes)

Formation en Intra 2 jours

#### **Points forts de la formation vus par les stagiaires :**

- "Qualité du formateur - Mise en application par des mises en situations"
- "Formateur pédagogue et à l'écoute"
- "Formation très intéressante et très claire"
- "Le formateur est vraiment à notre écoute et répond à nos questions par des exemples"
- "Qualité des explications, réponses individualisées aux questions"
- "Exercices et exemples pertinents - 2 journées discontinues"

#### **OBJECTIFS :**

- Comprendre les mécanismes de la communication pour améliorer ses relations avec les autres.
- Développer son écoute et son empathie
- Développer l'affirmation de soi

#### **Prérequis :**

Aucun

#### **Compétences visées :**

- Développer son sens de l'écoute et mieux comprendre les messages de ses interlocuteurs.
- Comprendre et atténuer les erreurs de communication engendrant de nombreux conflits nombreux conflits

#### **Programme :**

##### ***Qu'est-ce que la communication interpersonnelle ?***

- Qu'est-ce que bien communiquer au quotidien ?
- Pourquoi communiquons-nous ?
- Comment communiquons-nous ?

##### ***Comprendre les bases de la communication***

- Quels sont nos filtres internes et comment modifient-ils la compréhension des messages que l'on nous adresse ?
- Quels messages nous apportent nos émotions ?

##### ***Savoir écouter***

- Pourquoi écoutons-nous mal ?
- Comment mieux écouter : quelles attitudes avoir, quelles stratégies utiliser ?

##### ***Savoir mieux s'exprimer***

- Les clés du langage efficace
- Savoir poser les bonnes questions
- Savoir utiliser la méta-communication
- Développer son assertivité et savoir dire "non"
- Maitriser les techniques d'argumentation

##### ***Les freins à la communication***

- Les messages à risque
- Les distorsions cognitives
- Maitriser les techniques d'argumentation

#### **Modalités d'évaluation :** QCM

**Accessibilité :** Les éventuelles situations de handicap sont abordées dès les premiers contacts avec le client

**Délais d'accès :** 3 semaines à 1 mois

**Nombre maximum de participants :** 12

**Tarif :** 1600 euros HT/jour + frais de déplacements sur justificatifs

**Contact :** Jean-Philippe Falicon au 06.74.44.37.80