



2 jours / 14h
8h-12 et 13h-16h



59.000 CFP p/p en INTER



Toute personne souhaitant améliorer sa communication et ses relations professionnelles.

Aucun pré requis n'est demandé.



Pédagogie active

Méthode active, étude de cas, questionnaires, QCM, Quiz, échanges. L'évaluation des acquis se fait tout au long de la formation au travers des multiples exercices à réaliser.



Maitrise en psychologie clinique, DESS en psychologie du travail et 3ième cycle en management et développement des ressources humaines.



Pour aller + loin

Développer l'impact de sa communication avec la PNL



Sophie / Sylvie

Tel. 410 400

Info@scienteo.com

s.molinier@scienteo.com

Efficacité Professionnelle

Communiquer avec aisance dans ses relations professionnelles

Objectifs

Faire l'état des lieux de sa propre façon de communiquer et définir ses axes de progression

Identifier et s'approprier des techniques de communication efficaces, issues des grands courants de la psychologie

Repérer, éviter et désamorcer les freins à la communication

Mettre en œuvre les premières actions pour mieux communiquer et s'affirmer dans ses relations professionnelles et personnelles.

Déroulé pédagogique

✦ Autodiagnostic : état des lieux de sa façon de communiquer et d'être en relation

- Identifier, analyser et comprendre ses points forts et axes de progression, à partir de différents tests
- Faire la synthèse de son bilan communicationnel et en expliquer les résultats

✦ Identifier et s'approprier les apports théoriques et pratiques sur les mécanismes de la communication dans les relations interpersonnelles

- Identifier les principes de la communication interpersonnelle selon les grands courants de la psychologie (humaniste, systémique, socio-cognitiviste...)
- Prendre en compte les techniques et fondements d'une communication assertive, relationnelle, constructive et non violente.
- Repérer, désamorcer et se protéger des piliers d'un système « anti communicationnel »
- Proposer et développer un mode de communication relationnel constructif et serein

✦ Construire et faire évoluer son propre plan personnel d'action pour mieux communiquer et s'affirmer dans ses relations professionnelles

- Construire, mettre en œuvre et faire évoluer son plan personnel de développement communicationnel