

Perfectionner sa communication et développer son assertivité – Niveau 2

Pour qui : Manager de proximité, agent de maîtrise ou technicien, collaborateur et assistante pour qui la qualité des relations est un atout majeur dans l'exercice de leur fonction.

Prérequis :

Avoir suivi le module « Mieux se connaître pour mieux collaborer et communiquer avec les autres - niveau 1 »

Durée : deux jours (14 heures en présentiel)

Tarifs : devis sur demande

Lieux et dates : à déterminer en fonction de vos besoins
Personnes en situation de handicap, nous contacter

Objectifs de formation

- Approfondir la connaissance de ses systèmes de fonctionnement « naturel »
- Individualiser sa communication et s'adapter efficacement à tous profils d'interlocuteurs
- Développer confiance et affirmation de soi
- Traiter les désaccords de manière constructive
- Dire les choses avec diplomatie tout en faisant des demandes claires

Points forts et approche pédagogique

La pédagogie interactive permet de personnaliser les échanges

Les nombreux ateliers participatifs tout au long de la formation permettent d'expérimenter et ancrer les bonnes pratiques

Les entraînements sur les situations concrètes des participants permettent de trouver des solutions immédiates

Des séquences vidéo permettent d'illustrer

Les plans d'actions personnalisés permettent d'assurer la continuité des apprentissages après la formation

Remise à chaque participant :

- D'un dossier récapitulatif de l'animation avec des outils d'applications pragmatiques, directement transposables sur le terrain professionnel
- De fiches d'auto-questionnement
- De fiches de préparation d'entretien et de mise en situation lors de l'animation

Évaluation de la formation

Evaluation de la satisfaction

- Questionnaire d'évaluation à chaud de la formation
- Débriefing de la session à froid avec l'organisateur (rendez-vous téléphonique)

Evaluation des acquis

- Quizz et questionnaires
- Cas pratiques

Programme

1. Les principes fondamentaux pour générer la confiance et renforcer la coopération en équipe

- Bien se connaître
- Bien comprendre les autres
- Développer une communication assertive
- Être clair avec soi-même

2. Approfondir la connaissance de soi et des autres

- Aller plus loin dans la compréhension de mon mode de fonctionnement et de ceux des autres
- Choisir les types d'approches qui fluidifient la relation

3. S'adapter efficacement à tous profils d'interlocuteurs pour :

Faire des présentations ou animer des réunions, fédérer, mobiliser, faire des feedbacks au quotidien et autres situations de collaboration

4. Se positionner sereinement en situations difficiles

- Identifier ses perceptions, émotions et besoins pour améliorer sa relation aux autres
- Décoder et accepter ceux des autres
- Mener des entretiens assertifs (exigence/bienveillance)

5. Clarifier son positionnement pour prendre des décisions en situations difficiles

- Identifier ce qui se joue pour moi dans la situation
- Savoir choisir plutôt que subir
- S'impliquer selon son choix et gagner en impact personnel

Programme détaillé sur demande

Prestataire enregistré sous le numéro : 23760371276 auprès du préfet de la région Normandie (DIRECCTE) TVA intracommunautaire FR94444036313 00013.

Datadocké.
