

Objectifs de la formation

- Connaître les « best practices » d'une communication efficace
- Découverte de l'approche MBTI pour mieux se connaître soi et les autres pour mieux se comprendre
- Développer ses compétences de communicant et savoir s'adapter à l'autre
- Renforcer ses compétences relationnelles d'Ecoute et d'Affirmation dans la relation

Profil

- Toute personne provenant d'un environnement professionnel souhaitant développer son savoir-faire en savoir-être en termes de communication, dans un objectif d'amélioration de ses relations de travail

Prérequis

- Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation

Déroulement des journées

1. **Découvrir votre style préférentiel de communication et savoir s'adapter à l'autre**
 - Connaître les styles préférentiels de communication (selon JUNG)
 - Diagnostiquer votre propre style (MBTI)
 - Mettre en valeur vos forces, vos atouts et votre potentiel
 - Identifier vos axes de progression dans la communication
 - Savoir reconnaître le style de votre interlocuteur
 - Savoir s'adapter aux préférences de son interlocuteur pour plus de fluidité dans la relation
2. **Mettre en œuvre les conditions d'une communication constructive**
 - Comprendre les conditions d'une communication réussie
 - Savoir localiser les pièges de la communication
 - Créer des relations de confiance et de crédibilité
 - Développer une « Positive Attitude » dans son travail et pour soi
3. **Communiquer avec précision le contenu de votre communication**
 - Définir précisément le résultat attendu par votre communication (objectifs)
 - Trouver vos arguments pertinents et factuels
 - Savoir différencier : faits-opinions-sentiments-jugements
 - Appliquer ces règles selon le profil de votre interlocuteur
4. **Renforcer vos compétences d'Ecoute**
 - Créer un canal d'échange favorable à une communication efficace
 - Savoir se centrer sur votre interlocuteur
 - S'ouvrir à la différence de réalité de votre interlocuteur
 - Harmoniser votre verbal et non verbal pour plus de cohérence dans vos échanges
 - Ecouter activement votre interlocuteur (Ecoute active)
 - Questionner, reformuler et utiliser le feedback pour plus de compréhension mutuelle
5. **Savoir s'affirmer**
 - Maîtriser vos émotions, savoir prendre du recul en toutes occasions
 - Apprécier avec justesse
 - Savoir-faire un feedback constructif
 - Critiquer constructivement
 - Savoir faire des messages d'affirmation respectueux et clairs

Les « Best Practices » de la communication

3 Jours - 19.5 heures

Méthodes Pédagogiques

- Groupe à taille humaine pour privilégier la qualité des échanges 4 à 10 personnes maximum
- 40% d'apports théoriques & méthodologiques et 60% de mises en pratique
- Notre méthodologie pédagogique privilégie l'expérience et la mise en pratique des théories abordées lors de la formation afin de permettre une intégration simple, efficace et concrète grâce aux :
 - Quizz, tests, mises en situation et exercices ludiques
 - Échanges et partages d'expériences entre participants, travail en sous-groupe et réflexion individuelle
 - Boite à outils, cartes « trucs et astuces », balle anti-stress, liens vidéos, ...
- Support de cours remis à chaque stagiaire ou mis à disposition sur plateforme Web

Evaluation de la formation

- Questionnaire préalable communiqué en amont pour connaître les attentes
- Evaluation tout au long de la formation au travers d'échanges et de questions visant à valider la pleine compréhension des concepts et enseignements transmis
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation

Validation de la formation

- Tour de table en fin de formation pour valider les acquis
- Feuille d'émargement
- Attestation de fin de formation

Modalités

- Toutes les modalités, les dates et l'accessibilité sont consultables sur notre site <https://www.afcom-performance.com/nos-services/formations>