

FORMATION COMMUNICATION INTERPERSONNELLE

Certification

À l'issue de la formation Communication, vous recevrez une attestation.

Passage de la certification «Gérer un conflit professionnel» enregistrée sous le code RS 5155 auprès de France Compétences

Public visé

Tout public concerné par les problématique de communication interpersonnelle.

Durée

3 jours de formation soit 21 Heures à distance en VISIO

Délais d'accès

En INTER ou en INTRA.

Calendrier à définir avec l'organisme lors de votre prise de contact

Lieux

A distance

En présentiel: Nous contacter

Tarifs

Eligible Pôle Emploi, CPF ou votre OPCO
INTER & INTRA : devis sous 48h

Contact

Céline Chevallier,
Responsable pédagogique
Tél : 02 52 35 20 74

Compétences visées

- Adapter son vocabulaire, son ton de voix et sa posture en fonction de son interlocuteur
- Gérer les situations de conflits et les personnalités difficiles
- Identifier des techniques simples pour gagner en assurance et sérénité

Objectifs de la formation

- Maîtriser les techniques de la communication non-violente
- Identifier votre mode de communication : ses atouts, ses limites
- Repérer les styles de personnalité pour mieux convaincre
- Personnaliser votre mode de communication verbale et non verbale

Modalités et moyens pédagogiques

- **Visio-conférence** en petits groupes en présence du formateur
- **100 % e-learning** en autonomie : 6 classes virtuelles de 2 h 30
- Partage d'écrans; échanges de pratiques; alternance exposé + pratique

Modalités d'évaluation

- Evaluation formative : Exercices d'application; quizz interactifs
- Evaluation sommative : Quizz final; Etude de cas,
- Questionnaire en ligne de 30 min à renseigner sur la plateforme du certificateur
- Passage éventuel de la certification devant un jury

Pré-requis techniques

- Disposer d'un outil numérique avec caméra / son ainsi que d'une connexion Internet

Pré-requis pédagogiques

- Avoir un intérêt pour ce domaine et une première expérience idéalement
- Avoir renseigné les questionnaires de positionnement envoyés lors de l'inscription

Programme de la formation

Mieux se connaître

- Questionnaire individuel de votre mode de communication et débriefing personnalisé
 - Diagnostic de vos atouts et axes de progrès
- Explication du Schéma de la communication interpersonnelle
 - Exercice autour de situations vécues des participants

Comprendre l'impact de votre communication

La communication verbale et non verbale

- Les 3 familles de la communication : non verbale, para verbale, verbale
- Postures-voix-regard : leur impact pour la compréhension et la mémorisation d'un message
 - Diagnostiquer son propre style : visuel, auditif, kinesthésique

Construire son défi personnel

- Confronter, évaluer son propre fonctionnement
- Imaginer de futures situations de communication réalistes et améliorer notre comportement

Adapter sa communication et convaincre

- Découvrir le modèle DISC : repérer la personnalité de son interlocuteur
- Pratiquer une communication personnalisée, choisir son vocabulaire et le canal de communication adapté
 - Convaincre en 5 min : la technique du PITCH

Les 4 attitudes de la communication

- Les 3 conduites inefficaces : attaque, fuite, manipulation
- Comprendre l'impact respectif dans vos situations professionnelles quotidiennes
 - Pratiquer l'attitude efficace d'Assertivité : fermeté, sang-froid, écoute active

Programme de la formation

S'affirmer sereinement dans tout type de relation

- Savoir demander
- Être force de proposition
- Savoir dire « non »
- Traiter les objections
- Répondre à l'émergence d'une situation difficile ou conflictuelle

Evaluation et certification

- Etude de cas nécessitant de reprendre tous les concepts et outils vus en formation communication non-violente
- Quizz individuel de connaissances
- Création d'une carte mentale réalisée collectivement par le groupe en fin de formation communication non-violente
- Validation de vos acquis lors d'un quizz de 30 min et d'une évaluation orale d'1h avec le certificateur

ACCESSIBILITÉ POUR TOUS

Nos formations à distance sont accessibles aux personnes en situation de handicap physique à la condition qu'elles puissent utiliser un ordinateur, une tablette et/ou un smartphone.

Renseignements sur votre accès à nos formations, vous pouvez joindre notre référente Handicap :

Céline Chevallier par courriel à formations@councelling.fr ou au 02 52 35 20 74.

Siège social : 75 Bd Haussmann 75008 PARIS – Tél : 02 52 35 20 74 - www.councelling.fr

SIRET : 820 686 848 00020

N°DA 11756073075 – SAS AU CAPITAL DE 20 000, 00 € - RCS PARIS 820 686 848 – APE 7022Z TVA

INTRACOMMUNAUTAIRE FR 57 820686848