

MIEUX COMMUNIQUER AVEC LA PROCESS COM® | NIVEAU 2 : DÉVELOPPER SON ASSERTIVITÉ, GÉRER LES CONFLITS



Formation animée par un.e coach, consultante et formatrice en management, communication et développement professionnel, certifiées en Process Communication



- Présentiel : 2 jours consécutifs
- Distanciel : 4 X 3h30

PRÉREQUIS

- Pas de prérequis

OBJECTIFS

- Consolider sa connaissance des bonnes pratiques en matière de communication positive via la process com
- Comprendre et reconnaître les comportements sous stress
- Identifier les mécanismes de la mécommunication pour mieux anticiper les conflits
- Rétablir une communication efficace et sereine avec ses interlocuteurs en cas de conflit ou de désaccords

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Toute personne souhaitant développer ses aptitudes à la communication interpersonnelle

MÉTHODES MOBILISÉES

- Des séquences variées et rythmées. Alternance d'apports sur les concepts clés, d'échanges de pratiques et d'études de cas
- Animation vidéo projetée

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Evaluation formative en fin de session via l'outil Klaxoon

MODALITÉS

Présentiel ou distanciel (Prérequis : Disposer d'une connexion Internet, d'un ordinateur et idéalement d'un casque. Une assistance technique et pédagogique est assurée par Partnaire formation auprès du participant).

ACCESSIBILITÉ

Nos lieux de formation sont des établissements permettant l'accès des personnes en situation de handicap (PMR)

Nous consulter pour toutes questions relatives à l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap

DÉLAIS D'ACCÈS

30 jours maximum (hors juillet, août et décembre)

TARIFS

- Nous consulter pour une session en INTRA

PROGRAMME

RAPPELS SUR LE PROCESSUS DE COMMUNICATION ET LES LEVIERS DE LA COMMUNICATION POSITIVE

- Jouer avec les notions de base / phase, besoin, canal et perception

COMPRENDRE LES COMPORTEMENTS SOUS STRESS

- Les drivers, les mécanismes d'échec et les « masques » associés
- Les 3 degrés de stress
- Reconnaître les manifestations et les impacts du stress négatif chez soi et chez les autres

GÉRER LES SITUATIONS DE TENSION, MÉCOMMUNICATION, DÉSACCORD, CONFLIT

- Identifier les sources d'incompréhensions relationnelles et les zones de mécommunication
- Reconnaître les manifestations positives ou négatives des besoins psychologiques de son interlocuteur / réagir de façon constructive
- Identifier les comportements inefficaces dans les situations de conflits naissants
- Savoir se rendre disponible aux autres et intégrer les attentes de ses interlocuteurs pour développer une communication constructive
- Désamorcer les situations conflictuelles naissantes : Utiliser le canal de communication adapté, se mettre en phase, aider son interlocuteur à sortir de sa zone de stress

 Boostez l'impact de votre formation ! Personnalisez votre formation avec un module complémentaire. Nous consulter.