

Formation Développer une Communication efficace avec son équipe et sa hiérarchie



Objectifs pédagogiques

- Mieux comprendre les mécanismes de la communication interpersonnelle
- Identifier son propre style de communication, ses points forts et axes de progression
- Savoir écouter : pour mieux comprendre le message et éviter les malentendus
- Développer une communication efficace avec son équipe
- Savoir communiquer efficacement avec sa hiérarchie
- Donner et recevoir des feedbacks de manière constructive

À l'issue de cette formation, vous disposerez de tous les outils et techniques pour communiquer efficacement quel que soient vos interlocuteurs.

Programme de la formation

Journée 1 et 2

Mieux se connaître pour Mieux communiquer

- Mieux comprendre son fonctionnement et celui des autres pour entrer efficacement en relation
 - Faire le point sur son profil de communicant grâce à une grille d'analyse et d'évaluation
 - Identifier les différents styles de communication
 - Les comportements refuges ou reflexes
- Adapter sa communication à son interlocuteur

Activités :

- ✓ Exercice d'application : cas pratiques en sous-groupes : adapter la communication à la situation
- ✓ Réflexions autour des résultats du questionnaire : quels sont mes points de vigilances et axes de progression

Acquérir les fondamentaux d'une communication efficace

- Comprendre le processus de communication
- Identifier et lever les blocages présents à la communication
- Identifier les éléments clés d'une communication efficace

Durée

3 jours (21 heures)

2 jours : formation initiale
1 journée : dans les 3 mois suivant la formation initiale

Public

- Toute personne désireuse d'améliorer sa communication
- Accessible aux personnes en situation de handicap

Prérequis

Aucun

Modalités d'évaluation des acquis

- ✓ Feuille de présence par demi-journée
- ✓ En amont par un questionnaire d'auto-évaluation
- ✓ Au cours de la formation par des mises en situation contextualisées, des exercices
- ✓ En fin de formation par un questionnaire d'auto-évaluation des acquis

Les Formateurs



Bruno
Bernard



Sophie
Roblot

Activités :

- ✓ Partage d'expérience : les règles d'or de la communication
- ✓ Vidéos : études de cas : biais de communication et impact

Développer une écoute active

- Intégrer les principes clés d'une bonne écoute
 - Posture & techniques
- Apprendre à reformuler et poser des questions ouvertes : réduire les incertitudes et malentendus
- Savoir apporter un feedback constructif

Activités :

- ✓ Mise en situation en sous-groupe : Ecouter pour mieux communiquer
- ✓ S'entraîner à la reformulation – au feedback

Faire preuve d'assertivité

- S'exprimer de manière claire et constructive avec la Méthode O.S.B.D.
 - Connaître les 4 phases de la démarche :
 - . Observer et analyser la situation de façon objective
 - . Exprimer des sentiments
 - . Identifier son besoin
 - . Formuler une demande claire réaliste et réalisable
- Exprimer son désaccord de manière constructive
- Emettre et recevoir une critique de manière constructive

Activités :

- ✓ Pratiquer les différentes étapes d'une communication réussie en petits groupes sur des situations rencontrées par les participants et d'autres proposées par le formateur
- ✓ Débriefing sur les comportements mis en œuvre : analyse de pratique

Journée 3 dans les 3 mois suivant la formation initiale

Une journée dédiée entièrement à l'analyse des pratiques sur le terrain depuis la formation initiale

Objectif : Consolider les acquis

- ✓ Partage d'expérience
- ✓ Mise en situation des difficultés rencontrées par les participants
- ✓ Perfectionnement de la pratique par des jeux de rôle

Modalités pédagogiques

- La priorité sera donnée à l'analyse d'expérience et la mise en pratique des outils transmis

- Dispositif de formation structuré autour du transfert des compétences

- La formation est composée de temps alternant ces différentes démarches :

- ✓ Echanges d'expériences
- ✓ Autodiagnostic
- ✓ Analyse de pratique
- ✓ Apports théoriques
- ✓ Mises en situation
- ✓ Brainstorming

Les + de la formation

Sessions animées par **2 formateurs**

Parcours d'apprentissage en 2 temps pour optimiser le transfert des compétences

Support pédagogique transmis à l'issue de la formation initiale reprenant les différents outils

Vos Formateurs sont vos interlocuteurs – **pas de sous-traitance**

