

PROGRAMME DE FORMATION

Développer une communication professionnelle efficace et constructive

DURÉE : 2 jours | 14 heures

MODALITÉ D'ORGANISATION : Mixte

Informations

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Communiquer avec clarté et efficacité.
 - Adapter leur communication selon leur interlocuteur.
 - Développer une posture assertive.
 - Gérer des échanges délicats avec professionnalisme.
 - Convaincre et influencer de manière éthique.
 - Construire un plan d'amélioration de leurs pratiques.
-

ACCESSIBILITÉ

Si vous êtes en situation de handicap, merci de nous contacter afin que nous puissions vous accompagner et vous orienter au mieux dans votre demande et vos démarches.



Modalités pédagogiques

MODALITÉS, MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

- ateliers collaboratifs
- études de cas issues du contexte professionnel des participants
- jeux de rôle en théâtre forum
- exercices de théâtre d'improvisation
- débriefings structurés et feedbacks personnalisés.

La répartition pédagogique est d'environ **70 % de mises en pratique** et **30 % d'apports méthodologiques**, favorisant un apprentissage concret et directement transférable en situation de travail

MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

La formation est centrée sur l'expérimentation à travers :

- des exercices d'entraînement progressifs de théâtre d'improvisation
- des mises en situation inspirées des situations professionnelles des participants
- des simulations de communication, et de prise de parole
- des analyses de pratiques
- des retours d'expérience lors de la demi-journée de suivi

MODALITÉS D'ÉVALUATION ET DE SUIVI

- Observation des mises en situation et des jeux de rôle.
- Exercices d'application individuels et en sous-groupes.
- Simulations de communication et de prise de parole.
- Études de cas issues du contexte professionnel.
- Débriefings collectifs et feedbacks individualisés.
- Quiz de validation des connaissances.
- Auto-évaluation tout au long de la formation

Contenu pédagogique

JOUR 1

Module 1 - Mieux comprendre sa communication pour mieux communiquer

Objectifs

- Identifier son mode de communication.
- Comprendre son impact sur les autres.

Contenus

- Les mécanismes de la communication.
- Les obstacles à une communication efficace.
- Les différents styles de communication.
- Découverte du DISC 4 Colors.
- Les besoins de chaque profil.
- Les motivations et les freins.
- Les modes de fonctionnement sous pression.

Module 2 - Adapter sa communication à chaque interlocuteur

Objectifs

- Développer sa flexibilité relationnelle.

Contenus

- Les attentes des différents profils.
- Les canaux de communication.
- Adapter son langage.
- Adapter son rythme.
- Adapter son niveau de détail.
- Développer son intelligence relationnelle.

JOUR 2

Module 3 - Faire passer un message clair et compris

Objectifs

- Structurer ses messages.
- Vérifier leur compréhension.

Contenus

- Les règles d'une communication claire.
- Structurer son discours.
- Simplifier un message complexe.
- Reformuler.
- Vérifier la compréhension.

- Écoute active.
- Questionnement efficace.

Module 4 - Développer son assertivité et gérer les situations sensibles

Objectifs

- S'affirmer avec respect.
- Communiquer dans des situations délicates.

Contenus

- Les comportements passif, agressif, manipulateur et assertif.
- Les messages en "Je".
- La méthode DESC.
- Donner un feedback constructif.
- Formuler un désaccord.
- Gérer une critique.
- Désamorcer une tension.
- Les bases de l'Analyse Transactionnelle.
- Les États du Moi.
- Les transactions.
- Les jeux psychologiques.

Module 5 - Gagner en efficacité dans sa communication

Objectifs

Faire adhérer grâce à une communication claire et authentique

Contenus

- Les principes de l'influence.
- Argumenter efficacement.
- Les techniques de questionnement.
- Identifier les besoins de son interlocuteur.
- Adapter ses arguments.
- Répondre aux objections.
- Les fondamentaux de la négociation collaborative.
- Construire une relation gagnant-gagnant.

INTERSESSION (4 à 6 semaines)

Chaque participant expérimente les outils dans son quotidien professionnel.

Il complète un carnet de bord comprenant :

- les situations rencontrées ;
- les réussites ;
- les difficultés ;
- les solutions mises en œuvre ;
- les résultats obtenus.

½ JOURNÉE

Retour d'expérience et consolidation

Objectifs

- Analyser les situations vécues.
- Consolider les acquis.
- Identifier les progrès réalisés.
- Ajuster les pratiques.

Déroulement

Atelier 1 – Retour d'expérience

Partage des réussites et des difficultés.

Analyse collective.

Atelier 2 – Analyse de situations réelles

Travail en codéveloppement.

Recherche collective de solutions.

Apports complémentaires.

Atelier 3 – Mon plan d'action

Bilan individuel.

Évaluation des progrès.

Actualisation des objectifs SMART.

Engagement personnel.