

# COMMUNIQUER ET ECOUTER EN SITUATION PROFESSIONNELLE

Code formation : CESP

Durée : 6H

**PUBLIC** : Toutes les personnes qui désirent améliorer leur communication. Managers en poste ou en vue d'une prise de poste, cadres opérationnels, et encadrement de proximité, chefs de service.

**PREREQUIS** : Cette formation ne nécessite pas de prérequis, néanmoins, si formation en distanciel, prévoir matériel informatique et connexion internet. Un entretien préalable est organisé pour valider l'adéquation du module à votre projet.

**OBJECTIFS** :

- Comprendre les leviers d'une communication ouverte
- Acquérir des outils de l'écoute active
- Se sensibiliser à la communication non-violente
- Favoriser la communication dans un climat apaisé

## PROGRAMME

### Comprendre les leviers d'une communication ouverte

- Découvrir les fondements de la communication verbale et non-verbale.
- Savoir utiliser le feedback, la reformulation, les différents types de questionnement .
- Clarifier ses intentions dans la transmission du message

### Se sensibiliser à la communication non violente

- Connaître les principes de la CNV
- Identifier les émotions en jeu dans l'interaction
- Savoir formuler un besoin et une demande

### Favoriser la communication dans un climat apaisé

- Identifier les biais et les facteurs favorisant les situations de tension
- Prendre conscience des effets d'une communication inadaptée
- Utiliser des outils de régulation des émotions.

### Moyens pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques et de cas pratiques qui s'appuieront sur des exemples concrets et des situations vécues par les stagiaires.
- Retours d'expériences et partages
- Remise d'un livret pédagogique en fin de formation

### Evaluations

- Evaluation des acquisitions tout au long de la formation lors des études de cas.
- Un quizz est proposé en fin de formation
- Suivi de formation à 3 mois : évaluation des pratiques mises en œuvre.

## Renseignements et inscriptions :

02.97.31.31.01 / [contact@lescheminsdelimaginaire.fr](mailto:contact@lescheminsdelimaginaire.fr)

Votre contact : Brigitte Barselo

**TARIFS ET DATES SUR DEMANDE**