



 Sur site ou dans les locaux de Mistralcom

 2 jours (14 heures)

 Accessibilité aux personnes en situation de handicap



OBJECTIFS :

Développer l'écoute afin d'être plus juste et pertinent dans sa communication. Améliorer et professionnaliser ses échanges. Être plus efficace dans ses prestations.



Public concerné / Prérequis :

Les managers, les chefs d'équipe et les chefs de projets.



METHODE PÉDAGOGIQUE :

Les techniques d'improvisation permettent de revoir nos habitudes de communication.

Afin de valider les acquis étapes par étapes, le support vidéo est un outil indispensable. En effet, il renvoie un retour objectif de la situation et permet de prendre conscience des améliorations à apporter et des progrès réalisés.



SUIVI ET ÉVALUATION :

Mise en situation pratique des élèves – Fiche individuelle d'évaluation de la formation – Remise en fin de formation d'une attestation individuelle de stage.

CONTENU

1. Exercices de mise en rupture grâce à des techniques ludiques permettant de travailler

- La notion de présence : prendre conscience de l'énergie nécessaire à employer pour bien communiquer.
- La notion de confiance : oser s'engager, prendre des risques.
- La notion d'écoute active : être attentif à toutes les informations et en tenir compte dans ses décisions.
- Le cosmo morphisme : se mettre "dans la peau d'un autre" en choisissant différents personnages : permet d'appréhender les différents niveaux hiérarchiques et de prendre conscience de l'intérêt de l'empathie dans la communication.

2. Apprentissage des règles de communication

3. Prise de parole, intéresser et convaincre dans la durée

- Travail approfondi sur l'expression verbale et non verbale.
- L'objectif consiste à se servir efficacement de sa voix, à comprendre le rôle des silences indispensables et à un discours fluide (verbal). Les participants sont sensibilisés aux autres outils de la communication : leur respiration, leurs regards, la coordination de leurs gestes et de leurs paroles. Ils mesurent au fur et à mesure l'impact de leurs discours.
- Apprentissage des conditions pour que la communication ne soit pas parasitée.

4. Travail sur l'interactivité

- Faire réagir ses interlocuteurs afin de rendre la communication plus efficace.

5. Maîtriser les 3 axes de progression

- Sortir de sa zone de confort.
- Communiquer.
- Intéresser