

COMMUNIQUER EFFICACEMENT ET DÉVELOPPER LA QUALITÉ DE SES RELATIONS AU TRAVAIL

3 JOURNÉES OU 6 DEMI-JOURNÉES PRÉSENTIELLES OU DISTANCIELLES 21 HEURES



Une formation ludique et apprenant du catalogue Boostheur et ITG Formation, organisme de formation certifié Qualiopi

Groupe : de 4 à 10 stagiaires (8 maximum en distanciel)
(Adaptation possible en accompagnement SOLO 10 heures)

Public concerné :

Toute personne désirant améliorer la qualité de ses interactions avec autrui dans son contexte professionnel et se sentir plus impactante dans sa communication.

Cette formation est accessible aux personnes en situation de Handicap car dispensée dans les locaux de l'organisation demandeuse ou des locaux réservés par cette dernière

www.Boostheur.com

A l'issue de la formation :

- Vous aurez gagné en efficacité dans votre communication. C'est une formation tremplin.
- Toute notre communication est sous tendue par nos émotions, notre état de stress qu'il est souvent impossible de dissimuler. Vous comprendrez mieux ce qui se joue dans chaque échange au niveau verbal et au niveau émotionnel pour adapter votre communication et maintenir une qualité de relations.
- Vous aurez acquis des outils et techniques pour être plus impactant(e) dans le respect de l'autre.

Pendant la formation, vous apprendrez à :

- Mieux gérer les émotions pour mieux communiquer (les vôtres et celles de votre interlocuteur)
- Enrichir votre communication pour faciliter les échanges.
- Développer une qualité d'écoute et d'observation
- Questionner utilement avec efficacité
- Faire passer des messages, être plus impactant
- Gérer sereinement les différentes catégories d'objections

La pédagogie de Boostheur alterne apports théoriques et mises en pratiques pour apprendre en faisant, de façon à être au plus proche de la réalité.

06.85.73.87.17

www.Boostheur.com

20220319

S'AFFIRMER ET IMPACTER

Impacter et convaincre dans sa communication

Reconnaître les tromperies de notre cerveau et autres illusions pour y échapper

Comprendre l'impact des émotions et les gérer pour mieux communiquer

Formuler des objectifs dynamisants

Donner aux autres l'envie de nous écouter

Choisir ses formulations pour gagner en impact

ECOUTER, OBSERVER ET S'ADAPTER

Écouter attentivement pour comprendre ce qui est dit et ce qui n'est pas dit

Éviter les malentendus et les mal écoutés en faisant préciser efficacement

Questionner respectueusement tout en évitant les nombreux pièges des raccourcis du langage

Utiliser les silences à bon escient dans le respect de l'autre et de la relation

Maitriser la reformulation adaptée

Observer, Comprendre, Décoder le fonctionnement de son interlocuteur pour s'y adapter sans se trahir soi-même

Adapter son comportement en fonction des situations et des besoins de son interlocuteur **avec le modèle DISC des couleurs – Initiation**

MAITRISER LE STRESS ET LES EMOTIONS DEBORDANTES

Calmer et éviter le stress de l'autre quand nous devons lui parler ou lui demander quelque chose

Recevoir en sérénité des retours (feedbacks) sur nos réalisations, nos comportements ou la qualité de notre travail

Rester calme face aux maladresses de communication des autres

Savoir retrouver son calme rapidement après une situation tendue pour continuer sa journée sans cette charge mentale et émotionnelle

Accueillir et gérer calmement et efficacement toutes les catégories d'objections

