

PROGRAMME DE FORMATION
2 jours ou 14 heures

Entraînement à la communication constructive

PUBLIC

Toute personne souhaitant améliorer ou développer ses capacités de communication

Pré-requis : aucun pré-requis n'est nécessaire pour participer à cette formation.

OBJECTIFS

- Acquérir le savoir-être et le savoir-faire en matière de communication inter-personnelle
- S'entraîner à l'écoute, l'expression authentique de soi et à la gestion des désaccords

CONTENU

1^{ère} partie (2h) : Mise en route du stage

- Objectifs, attentes, appréhensions
- Les contours de ma responsabilité dans le processus de communication *2^{ème} partie (4h) : exercer toute ma capacité d'écoute*
- Les éléments constitutifs d'une bonne écoute
- Expérience d'écoute en diade
- Entraînement à la reformulation
- Synthèse sur l'écoute

3^{ème} partie (4h) : M'exprimer de manière personnalisée et constructive

- Ma qualité d'expression au cours de la 1^{ère} journée
- S'exprimer de façon personnalisée pour être compris
- S'exprimer avec conviction quand c'est nécessaire ■ Synthèse sur ma capacité d'expression

4^{ème} partie (3h) : la gestion des désaccords et des différends

- Les éléments constitutifs d'une bonne résolution des désaccords
- Analyse d'une situation de désaccord : les besoins ou aspirations des personnes en jeu ■ Mise en situation

Plan d'action et bilan de l'expérimentation (1H)

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Supports de formation, grilles d'observations, échanges entre stagiaires, apports du formateur, mise en situation

ANIMATEUR

Formateur en relations humaines agréé par PRH (Personnalité et Relations Humaines)

Une **analyse des besoins** est effectuée avant le stage. Un **bilan** est proposé aux stagiaires en fin de stage. Un **suivi** individuel est possible afin de favoriser la mise en application.

En fin de stage, une **attestation de formation** est remise, comprenant les résultats de l'**évaluation des acquis de la formation**.

ÉVALUATION DES ACQUIS DE FORMATION

L'évaluation des acquis est complétée en fin de formation, à partir de l'observation du stagiaire par le formateur au cours de l'intervention, en fonction du critère ci-dessous :

En cours d'acquisition : degré de 1 à 3 (de manière croissante)

Le stagiaire est apprécié par le formateur, sur les domaines suivants :

1	2	3	La capacité à écouter vraiment de manière empathique
1	2	3	La capacité à exprimer de manière authentique ses besoins ou aspirations
1	2	3	La capacité à gérer les désaccords de manière constructive

REGLEMENT INTERIEUR

Notre règlement intérieur est remis à l'entreprise et au(x) stagiaire(s).

Il appartient à l'entreprise et à chaque stagiaire de s'engager à le respecter.