

CM 201 - Développer ses qualités de communication - 2 jours -

Public concerné :

Toute personne désireuse de développer l'efficacité de sa communication interpersonnelle (tous domaines).

Objectifs:

Être capable:

- D'identifier les mécanismes essentiels de la communication interpersonnelle.
- De transmettre efficacement toute information.
- D'utiliser différents outils d'optimisation de sa communication.
- D'adopter une attitude performante en communication.

Prérequis :

Cette formation ne nécessite aucun prérequis.

Durée

(14 heures)



Prix inter *

980 € HT / pers

Devis intra individuel & forfait groupe sur demande

Les points forts

- Un **processus** clair et efficace.
- Des **outils** et **techniques** simplifiés.
- Des **exercices** ludiques et concrets.

Le + CD COACHING

Vous bénéficiez d'une heure de soutien d'intégration des connaissances **include**.

Ce suivi téléphonique ou "Visio", individuel et personnalisé, est à utiliser dans les 30 jours après la formation.

Programme de la formation

1. Identifier les principes de base de la communication.

- Définir les rôles de la communication.
- Reconnaître le processus com.
- Identifier les canaux de com.
- Utiliser les types de communication.

2. Identifier les fonctionnements de notre cerveau en communication.

- Comparer l'activité cerveau droit et cerveau gauche.
- Identifier les 3 niveaux de fonctionnement de notre cerveau.
- Identifier l'impact de l'émotionnel en phase communication.

3. Communiquer selon la personnalité.

- Reconnaître ses préférences cérébrales.
- Utiliser les préférences cérébrales de l'interlocuteur.
- Communiquer à cerveau total.

4. Ecouter pour mieux communiquer.

- Pratiquer l'écoute active.
- Utiliser l'art du questionnement.
- Utiliser la reformulation.

5. Adapter sa posture com.

- Développer une communication gagnant/gagnant.
- Développer son assertivité.
- Développer sa congruence.
- Utiliser les signes de reconnaissance.



Contact :

06 38 70 89 19
contact@cdcoaching.fr

* Calendrier des dates inter disponible sur cdcoaching.fr