CM 201 – Communication : Développer ses qualités interpersonnelles - 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.

Programme de la formation

1. **Identifier les principes de base de la communication.**

- Définir les rôles de la communication.
- Reconnaitre 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.**

- Reconnaitre 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.

Durée

(14 heures)

Modalités de réalisation

- ***Inter-entreprises***

Dates, lieux, et tarifs des sessions disponibles sur cdcoaching.fr

- ***Intra-entreprise***

Dans vos locaux ou à distance. Devis 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 **incluse**.

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



Contact :

06 38 70 89 19 - contact@cdcoaching.fr

Documentation participant :

Consultez ou téléchargez le livret d'accueil du stagiaire sur : https://www.cdcoaching.fr/services/un-participant/livret-daccueil-participant

CD COACHING - Tous droits réservés - 06 38 70 89 19