
Programme de Formation

Utiliser la communication bienveillante

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

- Toute personne souhaitant communiquer de manière bienveillante.



Objectifs pédagogiques

- Canaliser et développer son énergie positive.
- S'affirmer simplement
- Comprendre l'impact de ses actes et paroles
- Mieux comprendre sa communication face aux situations difficiles
- Gérer le conflit rationnellement.



Description

Introduction

- o Présentation de la formation, des participants et de leurs attentes spécifiques

Affirmer son leadership de communicant

- o Présentation des différents comportements que j'adopte en situation de crise
- o Eviter les comportements de fuite, attaque, manipulation : réflexion collective pour éviter ce genre de comportement
- o Préférer s'affirmer simplement même en face d'interlocuteurs ou de situations hostiles.

Exercer et développer une autorité positive en affirmant sa confiance en soi

- o Mettre en évidence ses attitudes de base d'après les travaux sur les positions de vie d'Éric Berne (Analyse transactionnelle)
- o Mettre en place une relation « gagnant-gagnant » avec ses collaborateurs.

Faire le choix d'un leadership positif, pédagogue et fédérateur

- o Présentation des différents comportements que j'adopte en situation de communication délicate
- o Optimiser sa communication au quotidien et développer ses qualités pédagogiques
- o Sortir des relations toxiques et pesantes et préférer des échanges constructifs et professionnels.

Atelier : Répondre concrètement aux principales situations du quotidien

- o A partir de 10 situations extrêmement concrètes, chaque stagiaire réagit et compare ses pratiques au regard des autres
- o Apports et conseils permanents du consultant.



L'art de la communication selon l'Analyse Transactionnelle

- o Les états du Moi pour une meilleure compréhension des forces et fragilités de sa communication

Les transactions pour comprendre les mécanismes de la communication

- o Les 3 transactions utilisées au quotidien et leurs impacts
- o Gérer les situations de communication conflictuelles

Atelier en sous-groupes sur la gestion de conflits

Mieux communiquer grâce à l'intelligence émotionnelle

- o Gérer ses émotions avant qu'elles ne vous gèrent
- o La demande de changement de comportement

Elaborer un projet personnel de progression

- o Rédaction d'un plan d'amélioration individuel en fonction des problématiques identifiées pendant la formation.

Bilan, évaluation et synthèse de la formation.

Prérequis

- Cette formation ne nécessite pas de prérequis spécifique.

Modalités pédagogiques

- Questionnaire d'auto-positionnement
- Apports théoriques et pratiques à partir d'une pédagogie participative
- Ateliers en sous groupes
- Jeux de rôles et mises en situation concrètes
- Supports de cours remis à chaque participant
- Bilan à chaud.

Moyens et supports pédagogiques

- Support de cours envoyé ou remis à chaque participant.

Modalités d'évaluation et de suivi

- La validation des acquis sera réalisée à travers un quiz et/ou une certification
- Une évaluation qualitative de la formation sera complétée par le stagiaire