

Optimiser sa communication pour gagner en efficacité

Présentation

Votre équipe rencontre des problèmes de communication qui engendrent des dommages au sein de l'organisation : perte de temps, d'argent, baisse de productivité et surtout désengagement de la part des personnes concernées.

Au cours de cette formation, vous apprendrez à maîtriser compréhension, écoute et clarté pour mieux communiquer et développer engagement, solidarité et motivation au sein de votre équipe.

Durée : 21,00 heures (3 jours)

Tarif INTRA : [Nous consulter](#)

Objectifs de la formation

- Intégrer les principes de base de la communication.
- Cartographier les difficultés, les besoins et les enjeux relationnels par poste.
- Découvrir les différentes perceptions du message.
- Mieux se connaître et gérer ses émotions pour mieux communiquer.
- S'approprier des méthodes de communication pour des situations quotidiennes et pour désamorcer les situations en tension.

Prérequis

Aucun prérequis nécessaire pour suivre cette formation.

Public

Toute personne souhaitant accroître son efficacité relationnelle et ses capacités de communication (managers, formateurs, consultants, intervenants externes, vendeurs, responsables de projets, etc....)

Programme de la formation

1. Les bases de la communication et les différentes approches théoriques.
2. Les risques des dysfonctionnements possibles entre les messages.



3. Autodiagnostic des stratégies et compétences mis en œuvre au quotidien.
4. Difficultés rencontrées et besoins en fonction du poste de travail.
5. Objectifs et enjeux d'une bonne communication : l'intérêt pour tous.
6. Développer ses compétences pour bien communiquer au quotidien.
7. Impact de sa communication sur ses relations et son efficacité.
8. Prise de conscience des blocages et mise en place d'attitudes facilitatrices.
9. Prévenir et enrayer les tensions, les conflits et les situations difficiles.
10. Gestions des émotions et des positions de perception.
11. Outils de résolutions de conflits et de communication non violente.
12. Bilan des progrès, axes d'améliorations et plan d'action.

Organisation

Formateur

Les formateurs de Docaposte Institute sont des experts de leur domaine, disposant d'une expérience terrain qu'ils enrichissent continuellement. Leurs connaissances techniques et pédagogiques sont rigoureusement validées en amont par nos référents internes.

Moyens pédagogiques et techniques

- Apports didactiques pour apporter des connaissances communes.
- Mises en situation de réflexion sur le thème du stage et des cas concrets.
- Méthodologie d'apprentissage attractive, interactive et participative.
- Equilibre théorie / pratique : 60 % / 40 %.
- Supports de cours fournis au format papier et/ou numérique.
- Ressources documentaires en ligne et références mises à disposition par le formateur.
- Pour les formations en présentiel dans les locaux de Softeam, les stagiaires sont accueillis dans une salle de cours équipée d'un réseau Wi-Fi, d'un tableau blanc ou paperboard. Un carnet de notes est offert. Un ordinateur avec les logiciels appropriés est mis à disposition (le cas échéant).

Dispositif de suivi de l'exécution et de l'évaluation des résultats de la formation

En amont de la formation :

- Recueil des besoins : permet de récolter des informations sur le stagiaire (profil, formation, attentes particulières, ...).
- Auto-positionnement des stagiaires afin de mesurer le niveau de départ.

Tout au long de la formation :

- Évaluation continue des acquis via des questions orales, exercices / projet fil rouge, des QCM, des cas pratiques et mises en situation.

A la fin de la formation :

- Auto-positionnement des stagiaires afin de mesurer l'acquisition des compétences.
- Evaluation du formateur des compétences acquises par les stagiaires.
- Questionnaire de satisfaction à chaud : permet de connaître le ressenti des stagiaires à l'issue de la formation.
- Questionnaire de satisfaction à froid : permet d'évaluer les apports réels de la formation et leurs mises en application au quotidien.

Accessibilité

Cette formation est **accessible** aux personnes en situation de handicap, consultez-nous pour plus d'informations.