

Savoir dire en toute situation

« Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas qu'elles sont difficiles. »

Sénèque



Les objectifs

A l'issue de la formation, chaque participant sera capable de :

- Définir les conditions à mettre en place pour faire en sorte de dire les choses
- Savoir comment exprimer ses émotions et ses besoins pour faire évoluer une situation
- Savoir comment formuler des demandes



Les enjeux

- Oser dire son ressenti
- Oser demander des changements
- Adopter une posture constructive



Contenu de l'atelier

- Les réflexes qui peuvent se mettre en place dans une situation de « dire les choses »
- La définition des impacts sur son interlocuteur et la communication
- Les étapes de la formulation d'une demande de changement : OSBD
- Comment proposer ou demander des changements pour faire évoluer une situation

Votre intervenant



Patricia Desmet



Durée :

3h30 de formation par participant
En face à face ou en visio



Public

- Toute personne en situation de communication et de management
- Groupe de 6 personnes maximum



Prérequis à l'atelier

- Inscription sans prérequis
- Avant la formation : questionnaire de définition des besoins et d'un objectif quant à la thématique



Modalités pédagogiques

- Partage d'expérience
- Apports théoriques
- Réflexion individuelle
- Mise en situation d'application
- Définition d'un axe à développer à l'issue de la session de formation



Suivi et modalités d'évaluation

- Évaluation à chaud
- Questionnaire d'évaluation des connaissances acquises



Tarifs

- Financement particulier (contrat de formation) : 140 € TTC
- Pôle emploi : 168 € TTC
- Financement entreprise (convention de formation) : 250 € HT