

# Mieux se connaître pour mieux communiquer

« Tout est communication...  
Nous ne pouvons pas... ne pas  
communiquer ! »

Postulat de PNL



## Les objectifs

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

- Mieux se connaître pour gagner en impact et en cohérence dans leur communication, tant en interne qu'avec le client
- Mesurer l'impact de leur personnalité sur leur mode de communication
- S'approprier les comportements et les outils d'une communication efficace pour oser dire et savoir dire



## Les enjeux

- Gagner en aisance et en assurance dans les relations avec leur environnement professionnel
- Dire les choses avec plus de facilité et de spontanéité dans la relation avec leurs pairs, clients internes ou externes
- Développer des relations plus constructives quel que soit leur interlocuteur

## Votre intervenant



Patricia DESMET



## Durée :

- 3 X 1 jour, avec 1 mois environ entre chaque session
- Soit 21 heures par participant



## Public

- Toute personne en situation de communication
- Groupes de 9 personnes au maximum



## Prérequis à la formation

- Questionnaire d'identification des attentes et des modes de fonctionnement



## Modalités pédagogiques

- Pédagogie de découverte
- Mises en situation et retours d'image
- Exercices de communication filmés
- Apports méthodologiques avec concepts de PNL
- Entraînement et engagements intersession



## Suivi et modalités d'évaluation

- Auto-analyse des pratiques développées et fixation d'un axe à développer à l'issue de la formation
- Questionnaire de validation des connaissances en fin de formation
- Questionnaire d'évaluation à chaud en fin de formation



## Prix par participant :

- Entreprise : 1.500 € HT
- Pôle Emploi : 1008 € TTC
- Particulier : 840 € TTC
- Sur contrat ou convention de formation



## Déroulement de la formation

1. **Mesurer l'incidence de ma personnalité sur mon mode de communication**
  - Identification de mes atouts et des points de vigilance dans la communication
  - Les freins à communiquer et ma capacité à m'auto-saboter
  - Savoir tirer parti des antidotes !
2. **Optimiser les leviers de la communication**
  - La communication en action : diagnostic de mon mode de communication
  - Les leviers de la communication pour renforcer mon impact en tant que communicant
3. **Communiquer de manière constructive : un état d'esprit ?**
  - Une question de réflexes et de position avant tout !
  - Repérer les différents registres et interagir
4. **Savoir s'affirmer dans la relation à l'autre**
  - Plus de spontanéité et de réactivité dans la gestion des remarques et... des critiques du quotidien
  - Être acteur de la relation et savoir communiquer ses attentes
5. **Mesurer les bénéfices du co-développement sur les questions de communication**
  - L'identification de solutions concrètes à des situations problématiques de communication du quotidien
6. **Signes de reconnaissance et communication**
  - L'impact du feed back dans la communication
  - Des feed backs porteurs de relations constructives

## Nous contacter

- Tremplin rh – 6 bis rue des verts Prés - 59700 Marcq-en-Baroeul
- hello@tremplin-rh.com - Tel : 03 20 06 62 03