

ADOPTER UNE COMMUNICATION EFFICACE ET AUTHENTIQUE



EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE

Réf : EP001

*Les tarifs restent inchangés sauf en cas de demande particulière

TARIF INTRA
950 € H.T.*

TARIF INTER
590€ H.T.*

TARIF CLASSE VIRTUELLE
390€ H.T.*

Objectifs

- Adopter des techniques de communication efficaces au quotidien
- Adapter sa communication à ses interlocuteurs et aux situations

Aptitudes

- Identifier les enjeux de la communication
- Comprendre les freins à la communication (système SAPE)
- Utiliser une communication efficace et authentique : mettre en place des règles d'hygiène relationnelle
- Appliquer une communication non violente (CNV)

Contenu de la formation

Les enjeux de la communication

- Etymologie et processus
- Le silence est d'or
- L'écoute active
- Parler ne signifie pas communiquer
- L'impact des émotions dans la communication authentique

La communication efficace et authentique

- Le système SAPE et ESPERE de Jacques Salomé
- La responsabilisation et la relation de non dépendance
- Nourrir et dynamiser la relation
- Les règles d'hygiène relationnelle
- Principes de base de l'écologie relationnelle
- Passer du réactionnel au relationnel : la confrontation positive

Un outil efficace : La communication non violente

- La démarche de la CNV
- Les mécanismes de violence en jeu dans la communication
- L'écoute empathique
- Les 4 étapes de la CNV


 **EFFECTIF MAX**
10 pers

 **DURÉE**
1 jour / 7 heures


 **PUBLIC VISÉ**
Tous publics

 **PRÉREQUIS**
Aucun

 **CERTIFIANT**
Non

 **ÉVALUATION**
Quiz amont / aval

 **DÉLAIS D'ACCÈS**
Maximum 2 mois

 **MÉTHODES MOBILISÉES**
Pédagogie active et participative
Diaporama d'animation, carnet de formation
Exercices et étude de cas

 **MODALITÉS D'ACCÈS**
Inscription en ligne via evoluea.fr
149 avenue du Maine 75014 Paris
Accessible PMR
9h00 - 12h00 / 13h30 - 17h30

 **COMPÉTENCES FORMATEUR**
Coach professionnel

 **ÉVALUATION SATISFACTION**
Questionnaire papier / digital

06.47.00.60.39
contact@evoluea.fr



La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes :
Actions de formation