

Développer une communication bienveillante

PROGRAMME

Séquence 1 : Les fondamentaux de la communication

- Les formes du langage
- Les différents paramètres de la communication
- L'écoute active : s'appropriier les différentes techniques
- Les principes de l'affirmation de soi

Séquence 2 : Bien se connaître pour bien communiquer

- Les potentiels de communication
- Les pilotes clandestins

Séquence 3 : L'équipe au travail : rôles et scénarii

- Les rôles de chacun et leurs conséquences
- Le triangle de Karpman
- Le développement du l'état du moi adulte

Séquence 4 : Communiquer pour agir

- Semer et faire croître
- Ecouter et apprendre
- Développer la bienveillance
- Devenir acteur de son bien-être et de celui des autres.

OBJECTIFS

- Identifier son propre style de communication et celui de ses interlocuteurs
- Optimiser son mode relationnel : s'adapter aux diverses situations de la vie professionnelle
- Acquérir les comportements qui facilitent le quotidien, la fluidité et l'efficacité des relations entre professionnels.

PUBLIC

- Destinée à l'ensemble des collaborateurs

DURÉE ET LIEU

- 3 journées :
 - Une partie théorique de 40 à 50 % du temps.
 - Une partie pratique de 50 à 60%.

MÉTHODE

- Apports théoriques :
 - présentation PowerPoint
 - vidéos
- Mise en situation avec exercices et cas pratiques adaptés
- Exercices de diagnostic personnel