

# DEVELOPPER SON POTENTIEL ET AMELIORER SA COMMUNICATION

## OBJECTIFS

- S'entraîner à repérer ses atouts afin de les mobiliser au sein de son organisation,
- Mieux connaître son propre mode de fonctionnement pour trouver les adaptations positives,
- Appréhender les mécanismes de la communication interpersonnelle,
- Développer ses aptitudes et compétences relationnelles,
- S'appuyer sur les complémentarités de l'équipe, de ses collaborateurs, de ses collègues,
- Comprendre les notions de « désaccord, de tension, de conflit »,
- Comprendre les processus émotionnels en jeu dans les situations difficiles.



### PUBLIC

- Public en situation d'échanges professionnels (clients, inter-services, hiérarchiques...).



### PRÉREQUIS

- Aucun.



### STAGIAIRES PAR SESSION

- 4 à 10.



### DURÉE

- 1 à 4 jours.



### MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Une Formation individualisée : des jours modulables,
- Une pédagogie interactive. Alternance de théories, d'études de cas et mises en situation,
- Complément de formation possible, en E-learning,
- Complément pédagogique possible à travers notre Atelier du manager (lieu de résolution de problème).



### ÉVALUATION DES ACQUIS

- Mise en situation.

## CONTENU DE LA FORMATION

### DEVELOPPER SES POTENTIELS :

- S'entraîner à repérer ses atouts afin de les mobiliser au sein de son organisation
- Identifier ses axes de développement afin de déterminer des plans d'action et d'accompagnement spécifiques

### MIEUX ME CONNAITRE POUR APPRENDRE À TRAVAILLER AVEC AUTRUI - COHÉSION D'ÉQUIPE (MBTI) :

- Connaissance de soi : Passation d'un indicateur de personnalité : MBTI Myers Briggs, Image de soi et image sociale, Mise en perspective des axes d'amélioration

### MA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE ET LA GESTION DES SITUATIONS DIFFICILES :

- L'environnement de travail : identifier les relations en jeu : pouvoir sympathie, motivation, valeurs, blocage. L'écoute comme outil de communication
- Equipe et communication : Faire sa place au sein du groupe. Se familiariser avec les ressorts de la dynamique de groupe
- Communication et hiérarchie : Se situer dans l'organisation. Analyser les enjeux de chacun dans la communication. Adapter sa communication ascendante et descendante
- Développer la capacité à expliquer, convaincre, persuader, encadrer... : Aider à évaluer l'impact de son style personnel sur les autres. Identifier leurs forces et leurs axes de progrès
- Gérer les relations difficiles et situations de stress

### EN COMPLÉMENT sur le thème

Autres formations proposées en Intra-Inter-entreprises :

- Mener des entretiens efficaces
- Conduite de réunion
- Gérer son temps et ses priorités