

C L'Homme Conseil
Développeur du Capital Humain

PROGRAMME EFFICACITE PROFESSIONNELLE
DEVELOPPER UNE COMMUNICATION ASSERTIVE

Céline LANGLOIS
Référente pédagogique, administrative et PSH
06 51 45 42 66
www.clhommeconseil.com
celinelanglois@clhommeconseil.com

LES **3 OBJECTIFS OPERATIONNELS** DE LA FORMATION

1. IDENTIFIER LES LEVIERS POUR MIEUX SE CONNAÎTRE
2. CONNAÎTRE LES TECHNIQUES D'ASSERTIVITÉ
3. REPÉRER LES CRITÈRES DE LA COMMUNICATION PERSUASIVE

PROGRAMME

1 COMMUNIQUER AVEC SOI

- Définir ses objectifs : prendre conscience de ses besoins
- Identifier et gérer ses émotions
- Revisiter sa façon d'écouter et de s'exprimer
- Se détendre, se recentrer et se projeter positivement

2 COMMUNIQUER AVEC AUTRUI

- Comprendre les différences de perception : le cadre de référence
- Apprendre les techniques d'assertivité
- Décoder les messages et les comportements : la force du questionnement
- Repérer les formulations positives et celles à éviter

3 COMMUNIQUER AVEC BIENVEILLANCE

- Optimiser sa communication non verbale, para verbale
- Accueillir l'agressivité des autres sans amplifier et sans prendre sur soi
- Recevoir et exprimer un « non »
- Dialoguer avec sincérité, authenticité et respect : les attitudes de Porter

4 MAITRISER LES TECHNIQUES D'ARGUMENTATION

- Distinguer faits, opinions, ressentis
- Traiter efficacement les objections : AIR
- Evaluer les critères d'une argumentation persuasive
- Choisir les mots justes pour un discours percutant

VALIDER SON PLAN D'EVOLUTION PERSONNEL (PEP)

- Identifier ses axes de progrès et définir son plan d'action

DUREE

2 jours - 14h
Format distanciel nous consulter

PUBLIC

Toute personne qui souhaite être en harmonie avec soi-même dans sa communication avec autrui
Pour toute adaptation pédagogique au public ciblé, nous consulter

PRE REQUIS

Aucun

ACCESSIBILITE HANDICAP

Nous consulter avant la formation pour tout aménagement particulier

MODALITES ET DELAIS D'ACCES

Un délai de 3 semaines est requis, après consultation, pour mettre en oeuvre la formation

TARIFS

Un devis est établi après analyse de vos besoins

PEDAGOGIE ET MOYENS TECHNIQUES

- La pédagogie inversée pour consacrer notre énergie sur l'entrainement
- Des ateliers courts en petits groupes pour des réponses personnalisées
- Une pédagogie positive qui repose sur l'entraide, l'intelligence collective
- Une stratégie d'apprentissage orientée à 70% vers l'action
- Connexion Internet / PC / Micro / Caméra / Téléphone

MODALITES D'EVALUATION

- AVANT : Questionnaire de niveau et recueil des objectifs de développement
- PENDANT : Evaluation à chaque étape (Exercices ou mises en situation)
- APRES : Questionnaire d'évaluation des acquis et d'évaluation de la formation
- APRES : Suivi post- formation à la carte

SANCTION

Certificat de réalisation à l'issue de l'action

LES + DE LA FORMATION

- Intervenante Coach Certifiée en Psychologie Positive
- Une pédagogie basée sur des méthodes actives
- Des études de cas à partir de situations vécues
- Construction d'un Plan d'Evolution Personnel

Consultez le taux de satisfaction: http://clhommeconseil.com/avis.php