

Communication relationnelle

Améliorer votre communication relationnelle & gagner en flexibilité



V3. 17.02.26

Formation

Communication relationnelle

Améliorer votre communication relationnelle & gagner en flexibilité

+33(0)6.58.70.04.93

contact@inspire-coach.com

Lieu / configuration

Inter-entreprise : présentiel ou à distance /
Intra-entreprise : vos locaux ou à distance

Durée

Durée : 14 heures sur 2 jours

Groupe

Jusqu'à 12 personnes

Tarif

Tarif inter : 1220 € net / personne

Tarif intra : sur devis

Délai d'accès

Défini avec l'entreprise avant la contractualisation, ou indiqué sur le catalogue pour l'entreprise.

OBJECTIF GÉNÉRAL

- Identifier les types de communications & adapter sa posture
- Parcourir les styles de personnalités et grandir en flexibilité
- Comprendre en profondeur ses interlocuteurs
- Développer une culture de l'encouragement et de l'amélioration selon l'évolution de son équipe

TYPE PUBLIC

- Dirigeant - Manager - Salariés

PRÉREQUIS

- Aucun

CONTENU

THÉORIE & PRATIQUE

Jour 1 : Comprendre le champ de perception & travailler sa posture communicante

1. Comprendre le processus du champ de perception et de conception :
 - Comprendre & identifier son champ de perception / VAKOG
 - Saisir la manière dont se forme une conception, les 5 filtres
2. Identifier les différents styles de communication pour adapter sa posture :
 - Cartographier les éléments de la communication verbale & non-verbale
 - Travailler sa posture & mieux jauger sa communication corporelle (poids des mots, l'influence des gestes, l'impact du regard, intonation de la voix, occupation de l'espace...)

CONTENU (Suite)

Jour 2 : Développer sa flexibilité et mobiliser ses interlocuteurs

1. Explorer sa personnalité et mieux accepter celles des autres :
 - Identifier sa personnalité, ses forces et ses écueils / test Psychométrique Equilibria + utiliser le PLAY / STOP pour tempérer ses comportements naturels
 - Parcourir les autres styles de personnalité / Equilibria et développer sa flexibilité
2. Comprendre ses interlocuteurs en profondeur & développer une culture d'encouragement et d'amélioration :
 - Perfectionner sa réceptivité par l'écoute active
 - Comprendre le Feedback et ses différentes formes & savoir utiliser la reformulation et le reflet des émotions
 - Utiliser les 4 signes de reconnaissance & la fenêtre de Johari

PÉDAGOGIE

OUTILS ET MOYENS

Méthodes pédagogiques

Présentation des concepts, supports pédagogiques variés (PPT...)

Mises en situation immersive

Cas pratiques

Moyens humains

Formateur Inspire Coach Institute ou partenaire référencé.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

Auto-évaluation en fin de session pour l'obtention d'une attestation de formation.

Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques...

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

