



FICHE FORMATION

COMMUNICATION INTERPERSONNELLE - SE CONNECTER À SOI-MÊME ET AUX AUTRES

L'objectif de cette formation est de mieux se connaître et accepter le fonctionnement des autres. Manager avec la Process Communication.

Formation
qualifiante

Niveau de sortie
N.A

en présentiel



PRÉ-REQUIS :

Aucun

Chaque participant répondra à un questionnaire 15 jours avant la formation, ce qui lui permettra d'avoir son inventaire de personnalité et son dossier personnalisé à la fin de la première matinée de formation.



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

- Mieux se connaître, et développer sa capacité à communiquer.
- Apprendre à connaître ses interlocuteurs et réagir de façon adaptée.
- Développer une communication individualisée.
- Situer son type de personnalité et son évolution dans le temps.
- Identifier ses conditions de réussite (atouts et motivations) et savoir les utiliser.
- Repérer les situations qui, pour soi, sont source de stress et apprendre à les gérer.
- Être capable d'identifier le type de personnalité de ses interlocuteurs.
- Comprendre les «mécommunications» (malentendus, désaccords, conflits) et savoir les résoudre au sein de son équipe.
- Optimiser la motivation de chacun et faire s'exprimer pleinement son potentiel pour optimiser les performances.



DURÉE :

21 heures (3 jours)



TARIFS :

Tarification en fonction du nombre d'inscriptions.
Ouverture de la formation sous réserve d'avoir un minimum de 6 stagiaires.



PUBLIC :

Tout public



ACCESSIBILITÉ :

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite; pour toute demande spécifique, notre référent handicap est à votre disposition.

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap sauf restriction liée à l'inhabilité et/ou contre-indication médicale.



Taux de satisfaction :

Cette formation a obtenu un taux de satisfaction de 100 %.



LIEU DE FORMATION :

CACIMA
4, boulevard Constant Colmay
97500 Saint-Pierre et Miquelon



MÉTHODES & MOYENS PÉDAGOGIQUES :

- Alternance de théorie, exercices
- Ateliers
- Jeux de rôle
- Classe inversée
- Travail sur paper-board
- Un support de cours est remis à chaque stagiaire

Formation dispensée par Caroline Dujardin, formatrice certifiée Process Communication Model (PCM).



PROGRAMME DE FORMATION :

Jour 1 // SE RE-DÉCOUVRIR

- Faisons connaissance.
- Qu'est-ce que la personnalité ?
- Les points forts de chaque étage de sa personnalité.
- Les 6 perceptions.

Jour 2 // SE CONNECTER

- Faire ses gammes : styles d'interaction et canaux de communication.
- Comment leur dire : les interactions. Exercices et mises en situation : prendre conscience de ses capacités d'observation. Entraînement à repérer le vocabulaire de base d'une personne.
- Environnements préférés et matrice d'évaluation.

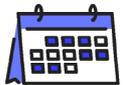
Jour 3 // DE LA DÉTRESSE AU DÉSTRESS

- Besoins psychologiques.
 - Changement de phase.
 - Mécommunication.
 - Stress : de quoi s'agit-il ? Les différents degrés.
 - Jeux de rôles : restaurer une communication positive avec un interlocuteur sous stress.
 - Bilan, conclusion et synthèse, questionnaire de satisfaction.
 - Distribution des attestations de formation.
 - Questions diverses.
-



MODALITÉS D'ÉVALUATION :

Évaluation des acquis au fur et à mesure – Jeux de rôles.
Attestation individuelle de fin de formation.



PROCHAINE SESSION :

Afin de vous renseigner sur la prochaine session, merci de nous contacter par email.

Votre demande sera prise en compte dans un délai de 48 heures.

Ouverture de la formation sous réserve d'avoir un minimum de 6 stagiaires.

Merci de contacter François-Xavier Briand, conseiller numérique et formation : francoisxavier.briand@cacima.fr

CONTACTEZ-NOUS :



4, boulevard Constant Colmay
97500 Saint-Pierre et Miquelon

Email : contact@cacima.fr
Téléphone : 41 05 46