



Stage

# Communic' action

D P D H  
DES PROJETS DES HOMMES

## Bien communication est une urgence

Depuis le jour de notre naissance, nous avons appris à parler et à écrire. Mais l'apprentissage de la communication s'est malheureusement arrêté là ! Comment exprimer ses sentiments, comment gérer la frustration, la timidité ou la colère... ça motus ! Comment se mettre sur la bonne longueur d'onde et communiquer sur le bon canal... mystère ! Comment faire des reproches sans vexer, complimenter sans manipuler, motiver sans monnayer... c'est carrément de la science fiction ! Grâce, notamment aux modèles de communication, ce stage permet aux participants de se découvrir eux-mêmes sous l'éclairage d'un nouvel outil simple et ludique. Il leur permet d'apprendre à identifier leurs interlocuteurs et à développer pour chacun d'eux, des approches personnalisées.

### Objectifs

- "Doper" sa communication personnelle en connaissant ses points forts
- Être capable d'identifier le profil de ses interlocuteurs et de s'y adapter
- Comprendre et interagir sur les points faibles dans la communication de chacun
- Savoir s'affirmer sans agresser

### Contenu et déroulement

#### Introduction

Objectif : découvrir le module

- Présentation du module de son déroulement
- Quiz de positionnement
- Présentations et attentes des stagiaires + retour d'expérience

#### Les données de base de la communication

Objectif : maîtriser les fondamentaux de la communication pour s'exprimer avec justesse, écouter avec finesse et gérer les situations sensibles avec assurance.

- 1ère impression
- Emetteur, récepteur
- Verbal, non verbal
- Les différents profils
- Questionner pour apprendre
- Ecouter pour comprendre
- Se taire pour s'entendre
- Pyramide de Maslow
- Les piège de la communication
- Remarques
- Savoir dire non
- Savoir s'affirmer et soutenir ses idées
- Les moments clés
- Emettre une critique
- Recevoir une critique
- Réagir aux incivilités
- Les entretiens délicats

#### Conclusion

- Plan d'action individuel, quiz de positionnement
- Evaluation à chaud et à froid

### Le plus Pédagogique

Tests, exercices et jeux alternent dans ce stage. Un quizz et des séquences vidéo prennent le relais.

#### PUBLIC ET PRÉREQUIS

Ce stage s'adresse à tout public et même à toute une équipe !

En groupe de 6 à 8 personnes

#### DURÉE

2 jours  
intra-entreprise - présentiel

#### TARIF

Nous contacter

#### FORMATEUR

Formateur expérimenté, spécialisé en communication

#### ACCESIBILITÉ

<https://www.envoll.fr/pages/handicap>

communication