



Easy com

Mieux se connaître pour mieux communiquer

Non, vous n'êtes pas un "martien" et cet univers où les diktats de la communication semblent ne laisser de place qu'aux "hyper-communicants", cet univers est aussi le vôtre. De l'affirmation de soi, à la connaissance des autres, ce stage propose un mode d'emploi à ceux qui pensent que leur communication

et leurs relations avec les autres méritent de se développer. Un stage pour grandir !

Objectifs

- Mieux se connaître pour mieux s'accepter
- Mieux connaître les autres pour mieux communiquer avec eux
- Savoir exprimer son point de vue
- Savoir s'affirmer et développer sa confiance en soi

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

Moi qui croyais me connaître !

Objectif : identifier sa communication naturelle, ajuster sa communication adaptée et trouver son équilibre entre les deux.

- Ma communication naturelle et spontanée
- Ma communication "adaptée"
- Comment me situer entre ces 2 extrêmes

L'autre cet inconnu

Objectif : comprendre les réactions et comportements de l'autre grâce aux différents profils de personnalité pour mieux coopérer.

- Analyser et comprendre des réactions et des comportements différents des nôtres
- Cette approche est faite au travers des différents profils de personnalité

Interaction

Objectif : déjouer les pièges de la communication verbale et non verbale pour transmettre des messages clairs et fiables.

- De la communication non verbale à la communication verbale ... et les e-mails !
- Les pièges de la communication :
 - Les pièges de la perception
 - Les pièges de la mémoire et de l'interprétation
 - Les pièges de la transmission d'information

Et encore

Objectif : affirmer son point de vue sans agressivité et aller vers les autres avec confiance.

- Savoir exposer et défendre son point de vue sans agresser
- Savoir aller vers les autres sans crainte

Conclusion

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

Le plus Pédagogique

Tests et quizz sont nos outils pour la prise de conscience et la perception d'une autre image de soi. Jeux et entraînements nous permettent de vous aider à progresser.

L'ambiance conviviale et ludique aide à faire de ce stage un moment à la fois efficace et agréable.

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Ce stage s'adresse à tous les publics
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