



**Profil des stagiaires :**

- Tout public

**Pré-requis :**

- Aucun pré-requis spécifique

**Objectifs pédagogiques**

Être capable de

- Identifier les notions fondamentales en communication,
- Élargir ses potentialités et ses limites en matière de communication,
- Développer la bonne attitude de communication dans les situations délicates.

**Contenu de la formation**

- Comprendre les principes de base d'une bonne relation
  - Connaître les différentes façons de communiquer
  - Utiliser les techniques et outils pour optimiser sa communication
  - Identifier les motivations professionnelles et les mettre en œuvre
- Mettre en place une collaboration positive et agréable
  - Maîtriser les différents comportements
  - Mettre en place une relation gagnant/gagnant
  - Adapter attitudes et discours à ses collaborateurs
  - Gérer son stress, savoir se ressourcer
- Identifier les dysfonctionnements dans ses relations
  - Éliminer méfiance et compétitions négatives
  - Canaliser son énergie, contrôler ses émotions
  - Maîtriser son agressivité
  - Anticiper les conflits pour gagner en communication positive
- Maîtriser les mécanismes de défense dans la communication
  - Identifier les obstacles à la communication
  - Connaître les attitudes pour dépasser les obstacles
  - Utiliser les outils de communication dans les situations tendues
- Connaître les applications dans la communication
  - Réagir et contenir sans renchérir les violences verbales
  - Prendre conscience de la communication non verbale
  - Savoir dire "non", savoir dire "je"



## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique :

La formation est animée par un intervenant spécialiste du domaine.

### Moyens pédagogiques et techniques :

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Formation opérationnelle basée sur "le faire"
- Supports de formation
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation :

- Feuilles de présence
- Questions orales ou écrites (QCM)
- Mises en situation
- Formulaire d'évaluation de la formation

**Lieu de la formation :** Espace Gabriel ou sur site

**Nombre de participants :** Formation en groupe de 9 personnes maximum

**Durée :** 14.00 heures ( 2.00 jours )

**Tarif par stagiaire :** 980.00 €

*Formation Intra : nous consulter*

**Contact :** 02.31.43.96.10 - [contact@gabrielconseils.fr](mailto:contact@gabrielconseils.fr)

### Accessibilité :

Notre référent handicap se tient à votre disposition pour toute information à l'adresse :

[mission.handicap@gabrielconseils.fr](mailto:mission.handicap@gabrielconseils.fr)

*Les éléments contenus dans cette fiche constituent le programme de la formation prévue et sont donnés à titre indicatif. S'il le juge nécessaire, l'intervenant pourra adapter les contenus des formations suivant l'actualité, la dynamique du groupe, ou le niveau des participants.*

*Les délais d'accès dépendent des disponibilités. Les dates sont à retrouver sur notre site internet [www.espace-gabriel.fr](http://www.espace-gabriel.fr)*

*Les Conditions Générales de Vente sont à retrouver sur notre site internet : [www.espace-gabriel.fr/CGV](http://www.espace-gabriel.fr/CGV)*

*Les évaluations des stagiaires et les taux d'obtention des Certifications sont disponibles sur notre site internet : [www.espace-gabriel.fr](http://www.espace-gabriel.fr)*

*Communication non violente*

*MAJ :16 août 2022*

