



AMELIORER LA COMMUNICATION INTERNE

Public

Tout public

Pré requis

Aucun

Durée

2 jours - 14 heures

Organisation

Diagnostic/positionnement avant la formation.

Pédagogie en face à face.

Alternance entre les connaissances « terrain » et les apports théoriques.

Écoute active des besoins du groupe, réponse aux attentes tout en respectant les objectifs pédagogiques fixés

Échange avec le groupe afin de faire ressortir les **notions-clés** de la formation.

Mise en pratique à travers des **exercices d'entraînement, jeux de rôle**.

Mise en situation filmées sur les scénarii mettant en application les apports méthodologiques (pour certains modules).

Remise de fiches techniques ou supports de cours.

Évaluation

Évaluation sommative à travers un cas pratique à chaque fin de module.

Objectifs

Optimiser ses relations avec ses collègues.

Progresser dans son rôle d'écoute et de coordination.

Pouvoir prévenir les conflits en instaurant des contacts constructifs et réguler les tensions.

Gérer son propre stress.

Structure et organisation de la pensée

- Organisation d'un plan et d'une structure choisis en fonction du but à atteindre : informé, expliqué, rendre compte

Les facteurs de réussite

- Se mettre rapidement sur la même longueur d'ondes avec chacun de ses interlocuteurs
- Susciter des dialogues constructifs, afin d'apporter des solutions aux problèmes du quotidien
- Gérer avec diplomatie toute relation avec son responsable, l'équipe et l'extérieur
- Prévenir les tensions, réguler et gérer les conflits

Cerner les profils de personnalités

- Reconnaître les points forts de caractère de chacun
- Ajuster les styles de comportement pour optimiser la relation
- Développer confiance en soi et autonomie

Les phases d'une communication efficace

- Se mettre sur la bonne longueur d'ondes
- Développer sa flexibilité comportementale
- Être « proposant(e) » de façon constructive
- Négocier ses priorités en se sentant légitime

Gérer son stress

- Repérer les signes avant-coureurs de tensions
- Résister aux sources de stress imposées de l'extérieur
- Rester en « énergie » dans les situations difficiles
- Prévenir les conflits

Savoir «recharger ses batteries » et renouer des relations efficaces