

Mieux communiquer dans son environnement professionnel

Financement

Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et contact

SUD MANAGEMENT
ENTREPRISES
CHARIE Stéphanie
05.53.48.48.50
s.charie@sudmanagement.fr

Accès à la formation

Publics visés :

Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salarie(e)
Actif(ve) non salarié(e)

Sélection :

Dossier
Entretien

Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

Conditions d'accès :

Maîtrise de la langue française Aucun
prérequis n'est exigé

Prérequis pédagogiques :

Non renseigné

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

Objectif de la formation

Les participants seront capables, à l'issue de la formation : • De favoriser les principes d'une meilleure communication interpersonnelle • De parvenir à mieux s'affirmer dans les relations et de mieux appréhender les enjeux à venir • De gagner en qualité relationnelle et d'en mieux comprendre les critères et conditions

Contenu et modalités d'organisation

Présentation • Présentation du module, des objectifs et de la méthode. • Expression sur la perception individuelle des besoins et des difficultés à résoudre. • Analyse, synthèse de l'animateur, validation du programme en fonction des attentes et des besoins Mieux connaître pour mieux s'adapter à son environnement • Apports sur la communication en général et sur les distorsions les plus fréquentes. • Quelles précautions prendre pour ne pas provoquer des difficultés avec l'interlocuteur. • Etude des champs personnels et des champs relationnels. • Travail sur ses propres attitudes pour modifier les attitudes de l'interlocuteur. • Fonctionnement et dissonance des messages • Le verbal et le non verbal Mieux se positionner dans son environnement (TRR) Le tableau des responsabilités permettant de se positionner précisément dans son entreprise et par rapport à ses responsabilités Communiquer de manière positive • Les outils de communication interpersonnelle à notre disposition • Les transactions, les attitudes d'une bonne communication • Eviter les mécanismes qui se développent en réaction • La communication non violente et l'affirmation de soi • Les outils de l'écoute active • Le système de questionnement • Mieux se connaître pour mieux communiquer Maîtriser ses émotions dans l'action • Les mécanismes biologiques des émotions • Les différents types d'émotions • Evaluation de son niveau d'expression des émotions • Passer du refoulement des émotions à leur gestion • Mieux gérer les émotions de l'autre

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Mixte**

Validation(s) Visée(s)

> Attestation de fin de formation

Et après ?

Suite de parcours

Non renseigné

Calendrier des sessions

| Numéro Carif | Dates de formation | Ville | Organisme de formation | Type d'entrée | CPF | Modalités |
|-----------------|--------------------------------|---------------|-------------------------------|------------------|-----------------|---|
| 00423278 | du 02/01/2024 au 31/12/2024 | Sanilhac (24) | SUD MANAGEMENT ENTREPRISES | | Non éligible |  |
| 00423277 | du 02/01/2024 au 31/12/2024 | Agen (47) | SUD MANAGEMENT ENTREPRISES | | Non éligible |  |
| 00524062 | du 02/01/2025 au 31/12/2025 | Agen (47) | SUD MANAGEMENT ENTREPRISES | | Non éligible |  |
| 00524063 | du 02/01/2025 au 31/12/2025 | Sanilhac (24) | SUD MANAGEMENT ENTREPRISES | | Non éligible |  |