

Contact :

Adriane Jeanjean

☎ 06.95.12.85.54

✉ contact@impuls-pro.fr

🌐 www.impuls-pro.fr

🕒 2 jours
soit 14h

💶 1250 €
Intra-entreprise : sur demande

Prochaine session :

Lundi 19 mai +

Lundi 2 juin 2025

ou intra-entreprise sur demande

Nombre de participants :

2 à 6

Cible :

Toute personne souhaitant créer des liens interpersonnels authentiques et une meilleure collaboration au quotidien.

Prérequis :

Aucun

Satisfaction et évaluation :

L'évaluation des compétences sera réalisée tout au long de la formation par le participant lui-même (auto-évaluation) et/ou le formateur selon les modalités de la formation.

Évaluation de l'action de formation en fin de formation pour mesurer la satisfaction et la perception de l'évolution des compétences par rapport aux objectifs de la formation.

Objectifs pédagogiques :

- Développer son potentiel d'écoute
- Se synchroniser avec son interlocuteur
- S'approprier des outils concrets afin d'améliorer sa relation à autrui

Programme de formation :

1. Connaître les différents mécanismes de la communication interpersonnelle

Les fondamentaux de la communication

Les freins à une communication constructive

Les six types d'attitudes spontanées

Compréhension et utilisation du non-verbal

2. Mieux écouter et éviter les pièges

Comprendre le concept et les avantages de l'écoute active

Distinguer les différents niveaux d'écoute

Adopter une posture empathique

Reconnaître les différentes émotions et les besoins liés

3. Obtenir les informations pour mieux comprendre un problème ou un point de vue

Appliquer les techniques de questionnement

S'assurer de la bonne compréhension avec la reformulation

4. Encourager le développement professionnel des collaborateurs : Le Feedback

Faire des prises de conscience et agrandir la «zone publique»

Réaliser un retour d'information positif

Établir une critique constructive

Moyens pédagogiques :

Expérience d'apprentissage sur mesure

Le contenu et les méthodes d'enseignement sont adaptés et personnalisés en fonction des compétences et des intérêts des participants.

Espace de confiance et d'échange

Le nombre de participants est limité à 6 personnes pour une attention accrue à chacun et une meilleure réponse aux besoins spécifiques.

Pédagogie expérientielle

La réflexion sur soi est encouragée à l'aide d'autodiagnostic et d'exercices basés sur leurs expériences passées.
Les apprenants participent à des activités pratiques collaboratives ancrées dans des situations réelles afin d'appliquer directement les connaissances théoriques apprises.

Parcours de formation en deux temps pour une application pratique en entreprise

Un plan d'action est élaboré à l'issue de la première séance, ainsi qu'à la fin de la formation, afin de consolider les apprentissages et d'établir de nouvelles habitudes.

Après la formation : consolider et approfondir

Inclus :

Pendant 2 mois après la formation, suivi personnalisé auprès du formateur par e-mail.

Les participants reçoivent des feedbacks et des conseils personnalisés en relation avec les sujets abordés en formation.

Option Coaching :

2 séances individuelles d'1 heure par téléphone ou en visio

Tarif : 260 €