

*Mieux se connaître pour mieux communiquer et développer une approche individualisée de la relation*

## Objectifs pédagogiques de la formation

- Situer la qualité de sa communication dans la relation.
- Optimiser la qualité de sa communication et établir des relations positives avec mes différents interlocuteurs.
- Maîtriser le processus d'entretien et ses différentes phases afin d'en optimiser la durée et la qualité.
- Développer ses capacités à gérer ses émotions et son stress.

## Programme détaillé

Identifier la qualité de sa communication dans la relation :

- Traits de caractère dominants
- Attentes de mes interlocuteurs
- Pourquoi donner une première bonne impression
- Développer une image professionnelle positive

Optimiser la qualité de sa communication

- Comprendre le principe de la communication
- Utiliser un langage positif
- Identifier les composantes de son image
- Maîtriser L'écoute active

Maîtriser et conduire l'entretien

- Maîtriser les différentes étapes de l'entretien
- Convaincre : différencier Fait / Opinion / Sentiment
- Gérer les objections et savoir s'affirmer

Gérer ses émotions

- Savoir prendre du recul
- Accepter ses émotions pour les maîtriser
- Utiliser les techniques de gestion du stress

## Méthodes et moyens

Présentiel – 75% du temps consacré à la pratique

## Exercices types pendant le stage

Entraînements à l'écoute active

Mises en situation d'affirmation et de réponse à des objections

Partages de représentations

## Modalités d'évaluation

Avant la formation : définir 2 ou 3 objectifs à atteindre : « à la fin de la formation, je veux être capable de... »

Pendant la formation : le formateur valide la compréhension et l'acquisition des connaissances de l'apprenant, à travers des tests ou des jeux de mise en situation.

Après la formation : le participant déclare en réponse à notre questionnaire si la formation lui a permis d'atteindre ses objectifs et de mettre en œuvre ses apprentissages.

**Pré-requis** : Aucun

**Public cible** : Tout professionnel, à la recherche d'une communication plus fluide

**Intervenant** : Coach professionnel en communication, plus de 10 ans d'expérience

**Durée** : 2 jours (14h)

**Prochaines dates** : Nous contacter

**Délai d'accès** : 5 à 10 semaines

**Tarifs** : à partir de 1000 €/j

**Personnes en situation de handicap** : Ce stage vous est accessible, contactez notre référent handicap sur [contact@coherenza.fr](mailto:contact@coherenza.fr)