

COMMUNICATION ASSERTIVE ET ÉCOUTE ACTIVE

AC

Alliance consultants

Fondé en 1998

Prochainement

Durée : 7h

Code module : IMG002

Contenu de la formation :

Module 1 :

- Introduction aux concepts de communication assertive et d'écoute active et à leur importance dans les relations interpersonnelles.
- Exploration des principes de base de la communication efficace - clarté, congruence et respect.
- Apprentissage de technique d'expression d'opinions - respect & affirmation des droits et des besoins.

Module 2 :

- Présentation des fondements de la communication et de l'écoute - perception et compréhension des messages.
- Comprendre les réponses associées à des styles de communication différents : l'assertivité, la passivité et l'agressivité.
- Application pour améliorer la qualité de la communication et de l'écoute dans les interactions quotidiennes.

Module 3 :

- Techniques de communication assertive : utilisation du « je » ; « tu », clarification des attentes et résolution de conflits de manière constructive.
- Exercices pratiques pour renforcer la confiance en soi et développer un style de communication assertif dans différentes situations professionnelles et personnelles.
- Réflexion sur les obstacles à la communication assertive et sur les stratégies pour les surmonter.

Module 4 :

- Principes de l'écoute active et son rôle dans l'établissement de relations authentiques et de soutien commun à l'entreprise.
- Apprentissage de compétences d'écoute active : intelligence émotionnelle, reformulation et clarification des messages.
- Exercices de simulation et JDR pour développer les compétences d'écoute active et apprendre à se connecter de manière authentique.

Module 5 :

- Bilan des principaux enseignements et compétences acquises tout au long de la formation.
- Discussion sur les stratégies pour intégrer la communication assertive et l'écoute active dans la vie quotidienne et dans l'environnement professionnel.
- Planification d'actions spécifiques et personnalisées pour mettre en pratique les compétences acquises et continuer à les développer au fil du temps.

Apports pratiques :
communication leadership et influence
intelligence émotionnelle.

Compétences acquises :
vous serez capable de pratiquer la communication assertive, vous maîtriserez l'écoute active, vous pratiquerez les techniques d'expression d'opinion

Objectifs pédagogiques :

Apprendre à pratiquer une communication assertive et une écoute active.

Outils pédagogiques :

mise en situation, exercices pratiques, jeu de rôle.

Evaluations des connaissances :

Quiz et tests

Public visé :

Chefs d'entreprise - Managers - Chefs de service - 6 participants maximum

Pré requis :

Aucun

Durée :

7h

Modalités pédagogiques :

Présentiel

Date :

A définir

Lieux :

A définir

Tarifs :

350 euros par jour

Minimum 4 participants, maximum 10.

Cette formation est finançable par les OPCO sous certaines conditions et dans le cadre de la formation professionnelle continue.

Elle peut également entrer dans le plan de développement des compétences réalisé par l'employeur.

Il n'est pas possible de mobiliser les heures de votre CPF pour suivre cette formation.

Responsable formation :

Celine Heude Gasnier

Modalités d'évaluation :

QCM

Accessibilité handicapés :

contactez notre référent contact@alliance-consultants.eu

Date de mise à jour du document :

02 mai 2024

Contacts utiles

Thierry Perrette - Dirigeant

thierry.perrette@alliance-consultants.eu

Responsable internet

Thierry Perrette

Responsable Qualiopi

Thierry Perrette

Formateur référent

Celine Heude Gasnier

Qualiopi
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

GIE Alliance consultants

8 Rue des églantiers 14920 Mathieu

Tel : 0766114135

SIRET 418 204 137 CAEN - APE 8559A -

N° de déclaration d'existence : 25 14 01380 14

N° de TVA intra-communautaire : FR6741820413700016

<https://alliance-consultants.eu>