



## Objectifs de la formation

### Mieux se connaître et mieux comprendre les autres :

1. Être capable de mieux comprendre et accepter son comportement et celui de l'autre
2. Être capable d'appréhender utilement sa communication émotionnelle
3. Être capable de mieux s'affirmer face aux autres
4. Être capable de communiquer positivement dans un contexte de tensions
5. Être capable de développer la confiance en soi dans tout type de contexte



## Public concerné - Prérequis

Tous les acteurs d'une organisation — pas de prérequis



## Effectif

7 personnes maximum



## Contenu - Programme

1	<b>Postures et modes de communication</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Mieux comprendre son comportement (DISC - Moulton Marston)</li> <li>&gt; Les objectifs de la communication, la synchronisation</li> </ul>
2	<b>Voir le triangle de Karpman comme un outil de manipulation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Identifier et stopper les jeux psychologiques</li> </ul>
3	<b>Savoir ajuster sa posture</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Les objectifs de la communication</li> <li>&gt; Les présupposés de la PNL et le modèle de communication</li> <li>&gt; De l'intention à l'interprétation - Les conséquences sur sa posture</li> </ul>
4	<b>Communication émotionnelle</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Communiquer positivement en acceptant et en comprenant l'émotion</li> </ul> <b>La gestion du stress</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Appréhender la mécanique d'apparition du stress - définition</li> <li>&gt; Transformer les situations de tension ou de conflit comme des révélateurs</li> </ul>
5	<b>La posture assertive</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Différents modes de communication - La posture assertive « Message JE »</li> <li>&gt; Savoir dire non, faire une objection avec assertivité</li> <li>&gt; Aborder les sujets dans une logique de communication non violente CNV ©</li> </ul>
6	<b>L'autonomie et la posture de délégation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Les différentes postures (management situationnel Hersey Blanchard)</li> <li>&gt; Clarifier ses propres délégations et celles de ses collaborateurs</li> </ul>



## Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre :

- \* Présence du formateur tout au long des sessions, dans une approche centrée sur le participant
- \* La formation est active et participative : elle est construite à partir des expériences vécues
- \* La formation alterne théorie et mise en pratique pour une meilleure appropriation
- \* Des situations concrètes sont simulées sous forme de jeux de rôle en cours de séance
- \* Des mini actions inter séance sont élaborées pour être évaluées en début de séance suivante
- \* Diaporamas et fichiers supports sont fournis à l'issue de la formation (papier et dématérialisé)



## Les modalités d'organisation de suivi et d'évaluation (en présentiel ou à distance)

### Avant la formation, seront adressés aux apprenants :

- ⇒ La convocation incluant : objectifs pédagogiques, contenu de la formation, lieu, dates et horaires
- ⇒ Le livret d'accueil détaillant le processus de formation, les moyens d'accès...
- ⇒ Le règlement intérieur intégrant les protocoles sanitaires en vigueur liés au COVID
- ⇒ En cas de situation de handicap, nous contacter pour adapter le suivi de la formation

### En cours de formation

- ⇒ Accueil des participants, tour de table, présentation du programme et des objectifs
- ⇒ En début de formation, l'apprenant remplit une fiche de positionnement
- ⇒ Cette fiche permet d'évaluer les prérequis de chaque personne et de collecter d'autres besoins
- ⇒ Ces fiches permettent au formateur d'adapter sa formation au public concerné
- ⇒ Les interactions avec le formateur permettent d'évaluer les acquis des compétences
- ⇒ Feed-back systématique en fin de séance pour évaluer la qualité des communications
- ⇒ Débriefing oral systématique après chaque formation au sein de l'équipe pédagogique

### En fin de formation

- ⇒ La fiche de positionnement est complétée pour évaluer les acquis au regard des objectifs
- ⇒ Le questionnaire d'évaluation de l'apprenant permet d'avoir un retour qualitatif du dispositif
- ⇒ La feuille de présence est renseignée au fil des séances
- ⇒ Une attestation de formation est remise au stagiaire

**6 mois après la formation :** une évaluation différée de satisfaction et transmis aux différentes parties prenantes (clients, OPCO, apprenants...)



SVIR Consulting est particulièrement sensible à l'accessibilité de ses formations à tous et à l'intégration des personnes en situation de handicap.

Contactez-nous afin d'étudier les possibilités de compensation disponibles.



## Durée

6 séances de 3.5 heures  
= 21 heures



## Prix de la formation

4 500 € HT  
900 € TVA  
5 400 € TTC



[contact@svirconsulting.fr](mailto:contact@svirconsulting.fr)



<https://svirconsulting.fr>



360 rue Marc Lefrancq 59300 Valenciennes

☎ : 06.15.54.14.16

OF : 31590711959

Ref : 005  
MAJ : 02/11/2021