

Formation Mieux communiquer

Formation disponible à Strasbourg, en Alsace, et partout dans la région Grand-Est

Communiquer est un art, qui s'apprend.
Parler ce n'est pas, communiquer.

Dans cette formation Mieux communiquer, le thème de la communication digitale n'est pas abordée.

En développant votre intelligence relationnelle ainsi que vos softs skills, votre communication sera plus fluide, plus claire, plus bienveillante. Lors de la formation mieux communiquer, vous apprendrez l'importance de la communication et vous comprendrez qu'il s'agit d'une composante clé dans les relations humaines et qu'elle est également un facteur important de performance dans l'entreprise.



Vous serez en capacité de vous exprimer sur tous les sujets quelque soit les situations, les personnes ou l'environnement dans lequel vous êtes.

Cela vous permettra de vous sentir plus confiant, de vaincre votre timidité et de vous sentir légitime et écouter. Vous développerez ainsi votre intelligence relationnelle qui vous permettra d'avoir des relations authentiques, saines et bienveillantes.

L'impact d'une bonne communication permet d'éviter les conflits, les tensions, les non-dits, par conséquent l'équipe et vous serez plus motivés, plus créative et plus innovante et vous serez plus serein dans vos échanges.

Pour quelles raisons se former à la formation Mieux communiquer ?

En entreprise, vous pouvez être confronté à des situations dans lesquelles vous n'arrivez pas à vous exprimer clairement et facilement. Vous êtes dans l'une ou plusieurs situations suivantes:

- Vos relations avec vos collaborateurs sont tendues ou compliquées.
- Vous n'êtes pas serein pour prendre la parole en réunion.
- Vous préférez vous taire que d'exprimer vos idées de peurs que l'émotion vous submerge.
- Vous craignez de ne pas vous faire comprendre, ou que vos idées ne sont pas intéressantes.
- Vous préférez ne rien dire, car ça pourrait être une source de conflits.
- Vous n'arrivez pas à motiver, entraîner une équipe vers un objectif.
- Vous ne savez pas annoncer les mauvaises nouvelles, ou dire des choses délicates.

Toutes ces différentes situations ont un impact, non négligeable sur vous. Ils peuvent générer du stress, de la perte de confiance en vous, une perte de motivation ou de créativité.

Objectifs de la formation mieux communiquer

Lors de la formation mieux communiquer, vous allez apprendre à développer votre intelligence relationnelle, vos soft-skills. Cette formation contient des apprentissages théoriques ainsi que des cas pratiques. Développer son intelligence relationnelle consiste à comprendre son mode de fonctionnement dans sa globalité, ses besoins, ses comportements, ses réactions, ses émotions, notre vision du monde face à situation pour dialoguer avec respect et empathie avec nos interlocuteurs.

Les objectifs de la formation mieux communiquer sont de permettre au stagiaire de :

- Comprendre le processus de communication
- Identifier son mode de communication
- Comprendre ses blocages
- S'exprimer avec clarté
- Développer son écoute
- Oser parler dans toutes situations

Public ciblé par la formation Mieux communiquer

Cette formation est idéale pour tous les dirigeants, managers et collaborateurs qui souhaitent communiquer avec aisance et oser s'exprimer plus facilement.

Pré-requis de la formation Mieux communiquer

Vous n'avez aucune connaissance dans le domaine de la communication?
C'est parfait, aucun prérequis n'est nécessaire.

Durée de la formation Mieux communiquer

Formation mieux communiquer dure 2 jours (7h/jour) consécutif.

Formation Mieux communiquer

Formation disponible à Strasbourg, en Alsace, et partout dans la région Grand-Est



Nombre de stagiaires

Groupe entre 8- 12 participants

Modalités de prise en charge de la formation

Financement possible par les OPCO.

Programme de formation Mieux Communiquer

Module 1 : L'intelligence relationnelle en entreprise

- L'impact de l'intelligence relationnelle en entreprise
- Se découvrir et comprendre l'autre
- Développer son écoute
- Mettre en place une relation de confiance avec son interlocuteur

Module 2 : L'importance de la régulation émotionnelle dans la communication

- Apprendre à identifier ses ressentis et ceux de l'autre
- Techniques de gestion des émotions
- Le lien entre l'intelligence émotionnelle et la communication

Module 3 : Les outils pour mieux communiquer

- Les différents leviers de la communication
- L'importance des mots
- Prendre sa responsabilité dans la communication

Module 4 : Les clés de la communication efficace

- Apprendre à faire un feedback, à être reconnaissant
- S'exprimer de façon bienveillante, avec clarté
- La communication authentique
- La confrontation positive

Le module 1: nous aborderons l'intelligence relationnelle. Grâce aux différentes études en neurosciences, nous étudierons l'importance de développer son intelligence relationnelle qui consiste à comprendre notre mode de fonctionnement dans sa globalité, nos besoins, nos comportements, nos réactions, nos émotions, notre vision du monde face à situation pour dialoguer avec bienveillance et empathie avec nos interlocuteurs.

Le module 2: nous aborderons l'intelligence émotionnelle. Les différentes études en neurosciences, nous permettent de comprendre l'impact des émotions sur notre cerveau. Développer son intelligence émotionnelle revient donc à acquérir la capacité à percevoir, maîtriser et exprimer ses émotions, ses sentiments ainsi que ceux des autres. L'intelligence émotionnelle a un rôle primordiale dans la communication.

Le module 3: vous comprendrez le fonctionnement de la communication grâce à l'intelligence émotionnelle et relationnelle.

Le module 4: nous allons aborder les outils concrets avec des cas pratiques qui permettront d'intégrer les modules précédents.

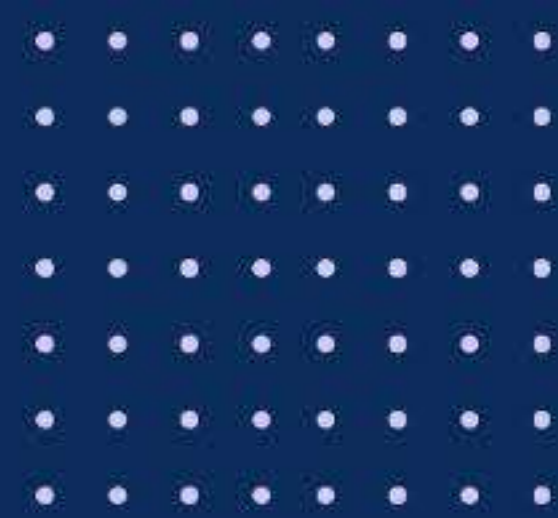
Tarif

Formation Mieux Communiquer INTER : 1400€ (HT)

Formation Mieux Communiquer INTRA : 4000€ (HT)

Outils pédagogiques

Tout le support et tous les exercices pédagogiques sont basés sur les neurosciences et la physique quantique. Les cas pratiques de mise en situation se font en binôme et/ou en individuel.



Où se passe la formation Mieux communiquer ?

Pour les sessions intra entreprise : La formation Mieux communiquer se déroulera en présentiel dans vos locaux de préférence. Possibilité de louer une salle en externe, moyennant un coût supplémentaire.

Pour les sessions inter entreprises: La formation Mieux communiquer se déroulera dans une salle de formation dans le secteur de Strasbourg- Molsheim. Les dates de sessions vous seront communiquées sur demande.

Je me déplace dans la région Grand Est, secteurs Strasbourg, Metz, Haguenau, Sélestat, Colmar, Mulhouse.

Questions fréquentes sur la formation Mieux Communiquer

Quelles sont les conséquences d'une mauvaise communication pour l'entreprise ?

L'impact d'une mauvaise communication dans une entreprise peut amplifier les risques psychosociaux et détériorer la qualité de vie de l'entreprise. Le taux d'absentéisme, l'augmentation des démissions, de dépression, de burn-out peuvent être un indice du mal être de votre entreprise. Le collaborateur peut ne pas se sentir entendu, compris. Il peut se sentir dévaloriser par manque de reconnaissance. Une mauvaise communication, peut-être source de conflits, de malentendu et peuvent avoir des conséquences plus ou moins importantes sur les performances de l'entreprise. L'image et la réputation de l'entreprise sont impactées également.

Quelles sont les bénéfices d'une meilleure communication pour l'entreprise ?

En inscrivant vos collaborateurs à la formation Mieux communiquer, les entreprises réduisent considérablement les risques psychosociaux et améliorent fortement la qualité de vie au travail. L'ambiance devient plus conviviale, plus productive et plus créative. Les échanges se font dans le respect et dans la bienveillance et permettent à chacun de s'exprimer facilement.

Ce que n'est pas la Communication en entreprise dans la formation mieux communiquer?

Bien communiquer ne nécessite pas beaucoup de temps, ni beaucoup de moyens.

La communication digitalisée n'est pas évoquée dans cette formation.

Pourquoi choisir Sois-toi coaching pour la formation Mieux Communiquer en entreprise ?

En tant que coach professionnelle certifiée et experte en intelligence émotionnelle et relationnelle, mes formations sont basées sur les neurosciences et la physique quantique. En plus des outils que vous allez acquérir lors de cette formation, vous aurez la possibilité de prendre conscience de vous ou peut-être de faire connaissance avec une partie de vous. Mes formations permettent de faire un travail sur soi, une introspection pour mettre en place des actions, des leviers afin de mieux communiquer et ainsi améliorer vos échanges.

Est-il possible de mettre en place une formation Mieux communiquer sur-mesure ?

Il est tout à fait possible de créer une formation sur-mesure selon vos besoins, la cible à former. Prenez contact avec Sois-Toi coaching pour en discuter.