

PROGRAMME DE FORMATION – *présentielle*

La communication d'entreprise – Oser dire en sachant dire

Public visé par la formation et prérequis :

- Cette formation s'adresse à toute personne désireux développer des relations professionnelles efficaces, en interne comme en externe de l'organisation.
- Le public concerné intervient à tout niveau de l'organigramme dès lors qu'il communique en interne et à l'externe avec des interlocuteurs variés.
- Il n'est pas nécessaire d'avoir déjà managé pour accéder à cette formation
- Le stagiaire ou la direction doivent avoir détecté ce besoin au regard par exemple des risques psychosociaux au travail, de la bienveillance en entreprise ou tout simplement à titre individuel (développement personnel)

Objectifs de la formation :

- A l'issue de cette formation, les participants pourront appréhender concrètement la notion de **communication** (écoute active) l'**affirmation de soi** (exploration de l'identité profonde, respect de l'autre en tant qu'individu, les pensées automatiques dysfonctionnelles, notion de croyances, valeurs et besoins)) et la **gestion des situations difficiles** (les limites, savoir dire non). Ils disposeront d'outils favorisant la bonne compréhension et assimilation (supports vidéo et diaporama) mais aussi l'analyse de cas concrets. Les stagiaires pourront à l'issue distinguer les différents leviers de communication favorisant le travail en équipe et le respect identitaire des individus.
 - ✓ Repérer les situations les plus fréquentes de communication professionnelle.
 - ✓ Identifier ce qui limite la communication
 - ✓ Adopter les bons comportements face aux situations du quotidien et à l'imprévu
 - ✓ Comprendre l'autre et s'adapter à lui et à la situation du moment
 - ✓ Renforcer les liens professionnels et la bienveillance au travail

Contenus de la formation :

- Cette formation permettra aux participants de communiquer avec la prise de recul nécessaire face aux autres et aux situations. Elle favorisera également la dimension identitaire du stagiaire utile à la communication interpersonnelle et à la connaissance de soi (valeurs, croyances, limites, parasitages, besoins et émotions...)
- La formation vise à développer un comportement en alignement avec ses valeurs (notion de congruence) par une approche qualitative de sa relation aux autres, du contexte des situations tout en sachant poser des limites pour sa construction personnelle et celle de son environnement.
- La formation mêle théorie et pratique, via des échanges mutuels, des apports concrets illustrés par le formateur, des vidéos, illustrations et travaux pratiques favorisant la prise de conscience des enjeux du programme de formation dispensé.

Moyens et méthodes pédagogiques :

- Le formateur s'appuie sur une présentation power point animée de vidéos et d'illustrations. Il remet de la documentation papier au fil du déroulé pédagogique et une clef USB en fin de séminaire qui permettra aux apprenants de s'approprier et d'utiliser les outils présentés.
- Le retour d'expériences et la mutualisation seront favorisés sur l'ensemble du parcours de formation

Évaluation de la formation / sanction de la formation :

- Le formateur s'assure à priori du démarrage de la formation du rappel du programme dispensé et assure un quizz à distance pour commencer à mettre les participants dans le contexte de la formation.
- Le formateur s'assure en démarrage de cession de la bonne compréhension des enjeux de la formation et valide les attentes des participants.
- En fin de formation, le formateur se soucie d'avoir répondu aux attentes formalisées par les stagiaires.
- Un support d'évaluation à chaud est remis à la fin de la formation et porte, tant sur le contenu pédagogique que les apports méthodologiques.
- Un support d'évaluation à froid est envoyé à 6 mois aux stagiaires.
- La formation sera sanctionnée par une attestation individuelle de formation.

**Qualité du ou des formateurs :**

- *Julie SAINSON-CUQ – Dirigeante de JSC CONSEILS*
- *20 années passées au sein d'un grand groupe de recrutement en qualité de directrice d'agences. Une expertise en management de projets RH et de collaboration en mode transversal ainsi qu'une appétence en coaching (certificat RNCP niveau 7 en cours d'obtention)*

Durée de la formation et modalités d'organisation :

- *Formation de deux journées non consécutives*
- *Formation de groupe ad minima 3 personnes*
- *Un groupe maximum de 10 stagiaires est souhaitable pour une meilleure personnalisation et interaction.*
- *Possibilité de réalisation de Janvier à Décembre (sauf août)*
- *Horaires : 9h-17h*
- *La formation peut être dispensée au sein de locaux de l'entreprise ou au sein des locaux du cabinet JSC CONSEILS ou via les plateformes vidéo*
- *Tarif :800 HT / jour (hors frais de déjeuner)*