PROGRAMME DE FORMATION, PRÉSENTIEL

Mieux comprendre la communication

Et si mieux se comprendre et mieux comprendre l'autre permettait d'améliorer la qualité de nos relations ?

Public visé et prérequis

- Cette formation s'adresse à toute personne désireuse de développer des relations professionnelles efficaces, à l'interne comme à l'externe de l'organisation, et de rendre sa communication plus percutante.
- Il n'est pas nécessaire d'avoir déjà managé pour y accéder.
- Le besoin a été repéré par le stagiaire ou par la direction, par exemple au regard des risques psychosociaux, de la bienveillance en entreprise ou à titre individuel.
- Aucun prérequis.

Objectifs de la formation

- Mieux faire passer ses messages en adaptant sa communication aux différentes relations professionnelles.
- Disposer d'une grille de lecture de son propre fonctionnement.
- Faire preuve d'assertivité pour influencer de manière constructive.

Contenus de la formation

- Établir une relation avec succès.
- Développer sa flexibilité relationnelle et son impact personnel.
- Mieux se connaître.
- Renforcer les liens professionnels et la bienveillance au travail.
- Mieux appréhender et gérer les situations conflictuelles.

Compétences et capacités professionnelles visées

- Communiquer avec le recul nécessaire face aux autres et aux situations.
- Développer la connaissance de soi utile à la communication interpersonnelle : valeurs, croyances, limites, besoins, émotions.
- Développer un comportement empathique et une approche qualitative de la relation, tout en sachant poser des limites protectrices.

Moyens et modalités pédagogiques

- Le formateur s'appuie sur une présentation PowerPoint animée de vidéos et d'illustrations. Il remet de la documentation papier au fil du déroulé.
- Théorie et pratique : échanges, apports concrets, autodiagnostics, quizz et travaux pratiques.
- Des ateliers de mise en situation à partir d'exemples concrets évoqués par le collectif. Retours d'expérience et mutualisation sur l'ensemble du parcours.

Évaluation et sanction de la formation

- Un quizz ludique est proposé en amont de la formation pour mettre les participants dans le contexte. Le formateur vérifie en début de session la bonne compréhension des enjeux et valide les attentes des participants.

- Des évaluations des acquis sont proposées à la fin de chaque journée, et des expérimentations sont à mettre en œuvre par les stagiaires entre chaque session.
- En fin de formation, le formateur s'assure d'avoir répondu aux attentes formalisées par les stagiaires.
- Un support d'évaluation à chaud est remis à la fin de la formation. Il porte sur le contenu pédagogique et sur les apports méthodologiques.
- Un support d'évaluation à froid est envoyé aux stagiaires à 6 mois.

Qualité du formateur

- Julie SAINSON-CUQ, dirigeante de JSC CONSEILS.
- Consultante en management des ressources humaines et des organisations, coache certifiée RNCP 7.
- 20 années au sein d'un grand groupe de recrutement, dont 10 ans comme directrice d'agences, en management d'équipe de proximité.

Durée et modalités d'organisation

- Formation de deux journées non consécutives (14 heures).
- Formation de groupe à partir de 4 personnes, ou en individuel. Un groupe de 6 stagiaires au maximum est souhaitable pour une meilleure personnalisation et interaction.
- Possibilité de réalisation de janvier à décembre, sauf août.
- Horaires : 9h à 12h30 et 14h à 17h30 (7 heures par jour).
- Lieu : dans les locaux de l'entreprise ou dans les locaux du cabinet JSC CONSEILS.

Modalités et délai d'accès

- Modalité : formation en présentiel.
- Inscription : par mail à contact@jscconseils.com ou par téléphone au 07.79.85.65.95.
- Délai d'accès : sous un mois après réception de votre demande.

Tarif et financement

- Tarif : 940 € HT par jour pour l'ensemble du groupe, quel que soit le nombre de stagiaires (6 au maximum), hors frais de déjeuner et prise en charge des frais de déplacement et d'hébergement si la formation a lieu hors département.
- Financement : prise en charge totale ou partielle possible par votre OPCO, ou financement direct par l'entreprise.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

- Référente handicap : Julie Sainson-Cuq, dirigeante du cabinet.
- Les locaux du cabinet JSC CONSEILS sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.
- Des adaptations sont possibles selon les besoins que vous nous signalez lors de nos échanges, avant la formation.

Suivi de l'action

- Feuille de présence signée par l'ensemble des stagiaires inscrits et par le formateur, par demi-journée de formation.
- La formation est sanctionnée par un certificat de réalisation. Elle ne délivre ni diplôme ni titre professionnel.

Retour d'expérience et résultats

Dans le cadre de notre démarche qualité et de la certification Qualiopi, nous mesurons la satisfaction des stagiaires à l'issue de chaque formation.

Cette formation n’a pas eu de session récente. Les indicateurs seront publiés dès la prochaine session, avec leur méthode de calcul.