



Programme de formation
Mieux se connaître pour mieux communiquer

Nb de participants maximum possible :1
Nb de participants minimum1
Durée du module : 2 jours soit 14 heures

Prénom, Nom et qualification de l'intervenant :
Alexandra INDERCHIT
Coach certifiée et formatrice DISC certifiée

MATERIEL A PREVOIR : Salle, Chevalet ou/et tableau.

Participants

Cadres, managers, agents de maîtrise, techniciens souhaitant mieux comprendre leurs différents interlocuteurs pour mieux communiquer au quotidien.

Pré-requis

Aucune connaissance particulière.

Tarifs 2020 :

1350 euros Net de TVA
Intra entreprise : demander un devis
Particuliers : demander un devis

Encadrement

Vis-à-vis du participant

_Support remis pendant la formation
– Évaluation à chaud en fin de formation avec et sans le formateur pour laisser la possibilité de dire les écarts et les difficultés rencontrées

Vis-à-vis de la formatrice

– Point en amont de la formation avec restitution du besoin client
– Point en fin de journée de formation, recueil des impressions, régulation sur les autres journées en fonction de l'évolution pédagogique
– Évaluation à chaud en fin de formation, , débriefing sur l'écart éventuel, formalisation d'une régulation sur les points soulevés
– Évaluation à froid effectuée auprès du stagiaire avec transmission au formateur pour analyse et dans un but d'évolution continue

OBJECTIF EN TERME DE COMPETENCES A ACQUERIR

- Optimiser sa communication
- Optimiser son accompagnement

CRITERES DE PERFORMANCE (objectifs pédagogiques)

Le participant sera capable de :

- Se connaître pour communiquer
- Développer les compétences fondamentales pour entrer en contact avec ses interlocuteurs de manière efficiente
- Pratiquer l'écoute active
- Comprendre ses interactions avec les autres et s'adapter
- Ajuster sa communication verbale et non-verbale
- Construire des relations stables et durables avec sa hiérarchie, ses collègues ou ses collaborateurs

PROGRAMME

Le processus de communication

- Qu'est-ce que communiquer ?
 - Les fondements de la PNL
 - 3 processus : cognitive, état interne, comportement externe
 - Les champs d'application de la PNL
- Travaux pratiques : Tests, bilans, analyses à partir d'expériences*

Moyens pédagogiques et techniques

• Les moyens pédagogiques et les méthodes d'enseignement utilisés sont principalement : aides audiovisuelles, documentation et support de cours, exercices pratiques d'application et corrigés des exercices pour les stages pratiques, études de cas ou présentation de cas réels, **des méthodes innovantes** favorisant l'apprentissage et l'intégration des connaissances. **Coaching intégré.**

• Une feuille d'émargement par journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'une attestation de fin de formation si le stagiaire a bien assisté à la totalité de la session.

Nature de la formation

Formation en présentiel et distanciel

Nature de l'action

Développement des compétences

Modalités d'évaluation

- L'évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers des multiples exercices à réaliser (50 à 70% du temps)

- A l'issue de chaque stage, AICoaching Formation Conseil fournit aux participants un questionnaire d'évaluation du cours qui est ensuite analysé.

Validation des acquis

Une attestation de suivi de formation et des compétences acquises sera remise au participant.

Lieux : A déterminer

Horaires : 8h30-12h/13h00-16h30

Compétences du formateur

- Certification de **formateur pour adultes et public en difficulté**

- Certification de **coach professionnel**

- Certification de **qualité conforme à la réforme de la formation professionnelle** (ICPF&PSI)

- Certification **DISC**

- Formée à l'**ADVP**

Contacts :

Alexandra INDERCHIT

AICoaching, Formation, Conseil

2 rue Xavier de Maistre

73160 Cognin

alexandra.inderchit@outlook.fr

alexandrainderchit.com

06/28/23/77/37

Se connaître pour mieux connaître l'autre

- Le mécanisme de construction de notre réalité
 - La carte du monde
- Les filtres – les critères de sélection
 - Les filtres neurologiques, culturels, personnels
- Les canaux de réception VAGOK
- L'impact de nos valeurs, nos croyances personnelles
- Comprendre les liens de causalité

Travaux pratiques :

Tests, bilans, analyses à partir d'expériences, coaching

Mieux communiquer

- La communication verbale et non verbale
- L'écoute active
- La synchronisation
- Reformuler
- Le feed back
- La congruence
- Le calibrage
- L'auto ancrage

Travaux pratiques :

Tests, bilans, analyses à partir d'expériences, coaching

Développer ses propres ressources

- Méthode SCORE adaptée à la PNL
 - Les conditions pour fixer des objectifs
 - Se fixer des objectifs

Travaux pratiques :

Tests, bilans, analyses à partir d'expériences, coaching