Nathalie HOURDEBAIGT consultante en formation-formatrice 06 03 90 40 32

Communication orale interpersonnelle : Mieux communiquer pour faire passer ses messages

Objectifs pédagogiques

Être capable de mieux communiquer (de dire ce que l'on a à dire et d'être compris), d'améliorer sa communication (d'éviter l'interprétation, le jugement de valeur, les omissions, les interprétations, les généralisations,…), de prendre conscience que l'on communique par le verbal et le non verbal, de l'importance la synchronisation, de la congruence.

Pré-requis : aucun

Public visé : tous publics

Programme

Quelques généralités sur la communication :

Emetteur-récépteur

Feed back

Cadre de référence

Parasites

Les 7 règles d'or de la communication

La proportion entre le verbal, le para verbal et le non verbal.

La communication verbale :

Le choix des mots (spécifiques ou généraux, concrets ou abstraits, les généralisations, les distorsions, les

omissions, les opérateurs modaux)

Les différentes sortes de questions (ouvertes, fermées, aléatoires, reflet, miroir)

Le silence

La reformulation

Mettre ne place une communication factuelle :
Distinguer : Faits – Opinions -Ressentis

La communication para verbale :

La voix, le ton, la vitesse, le rythme

La communication non verbale :

La règle des 4 x 20

Le positionnement dans l'espace,

l'attitude générale (le look),

les attitudes,

les tics,

les gestes (la poignée de main),

les expressions du visage,

le regard : les clés d'accès oculaires,

La synchronisation

La congruence

La proxémie : la distance interpersonnelle ou la bulle

Les qualités d'un communicant :

L'écoute active

L'empathie

L'affirmation de soi ou assertivité.

Les problèmes dans la communication :

La déperdition dans la communication : L'entonnoir de la communication

Le méta langage : les généralisations, les distorsions, les omissions, les opérateurs modaux

Méthodes pédagogiques

- Exposés théoriques
- Questionnement à la cantonade
- Questionnaires d’auto évaluation
- Tour de table
- Sous-groupes
- Jeux de rôle

Durée : 2 jours soit 14 heures

Dates :

en inter : voir le planning

en intra : nous contacter

Modalités d’évaluation : QCM

Bilan pédagogique à la fin de la formation

Attestation de fin de formation délivrée

96% de taux de satisfaction

Accessibilité aux personnes handicapées : nous contacter

Tarifs : voir dans l’onglet tarifs

Nathalie HOURDEBAIGT 3 rue du Docteur Charles Nogaret 64270 SALIES DE BEARN

Mobile sur tout le sud de l’Aquitaine 64 et 40 : Pau, Oloron Sainte Marie, Mauléon, Saint Palais, Navarrenx, Sauveterre de Béarn, Orthez, Lacq, Artix, Mourenx, Lacq, Salies de Béarn, Peyrehorade, Bayonne, Dax, Mont de Marsan, et l’ouest de Midi Pyrénées 65 : Lourdes, Tarbes,….

SIRET 799 174 354 00032

Code APE 8559A Formation continue d’adultes

Déclaration d’activité enregistrée sous le numéro 75640444064 auprès du Préfet de la région Nouvelle Aquitaine

Organisme de formation certifié Qualiopi pour les actions de formation.