

## Mieux se connaître pour mieux communiquer

<https://estim-formation.com/formation-mieux-se-connaître-pour-mieux-communiquer>

### Objectifs de la formation

- Maîtriser les règles d'une bonne communication pour convaincre et faire passer ses idées.
- Augmenter la cohérence de ses propos pour réussir ses principaux actes d'encadrement.
- Pratiquer l'écoute active afin de réussir sa relation aux autres.

### Programme pédagogique

Mieux se connaître : les états du Moi

- Savoir repérer les différentes manières d'exprimer sa personnalité et choisir celles qui sont adaptées à la situation
- Connaître ses difficultés de fonctionnement et les moyens d'y remédier
- Se servir des différentes facettes de sa personnalité

Pratiquer l'écoute active

- « Capter » son interlocuteur
- Comprendre le fonctionnement de l'autre
- Cadre de référence
- Se mettre en position d'écoute active
- PNL, analyse transactionnelle et méthode des couleurs
- Présentations croisées
- Interview
- Définir l'écoute
- Différents types d'écoute
- Empathie
- Boîte à outils
- Attitudes à proscrire
- Destins d'un message
- Comment faire parler l'autre ?

Valoriser l'image de l'entreprise

- Qualité de présentation
- Compétences techniques et aptitude relationnelle = deux ressources nécessaires

### Prérequis et public cible

#### Prérequis de formation :

Ce programme de formation ne nécessite pas de pré-requis particulier.

Cette formation est ouverte à tous les publics.

### Modalité d'évaluation pédagogique

#### Évaluation des compétences acquises par les stagiaires :

À l'issue de la formation, un contrôle de connaissances permettra d'évaluer les compétences acquises par chaque participant.