

Formation

Adapter sa communication dans ses relations professionnelles et personnelles

Choisir et adapter son mode de communication face à
différents interlocuteurs

Boite à outil : Process Communication

Public visé :

Toute personne ayant la souhait d'améliorer sa communication avec des interlocuteurs ayant potentiellement des personnalités différentes.

Pré requis :

Aucun Pré-requis.

L'objectif de la formation

- Mieux comprendre son fonctionnement et celui des autres pour développer une approche bienveillante vis-à-vis de soi et de ses interlocuteurs.
- Adapter sa communication au profil de ses interlocuteurs pour renforcer l'efficacité de la relation.
- Anticiper et gérer les comportements sous stress pour restaurer une communication efficace dans les situations tendues.

Déroulé / contenu de la formation :

1 - Mieux comprendre son fonctionnement et celui des autres

- Identifier son profil de personnalité et analyser l'impact de son fonctionnement sur la relation avec les autres.



oak'om

12/07/2023

Version 1.0

- Comprendre la manière de fonctionner des autres profils pour développer une approche bienveillante.

Mise en situation

Expérimentation dès la première minute : prendre conscience de ses capacités d'observation et d'adaptation. Entraînement à repérer le vocabulaire « préféré » d'une personne.

2 - Adapter sa communication selon le profil de ses interlocuteurs

- Développer sa flexibilité en activant toutes les parties de sa personnalité.
- Reconnaître et adopter le "langage" de l'autre pour mieux le comprendre et mieux se faire comprendre.
- Nourrir les besoins psychologiques de son entourage pour mobiliser chacun et développer une relation productive.
- Repérer ses propres besoins essentiels pour apprendre à se ressourcer et à développer sa disponibilité aux autres.

Mise en situation

Micro-entraînements multiples : adapter son message selon le type de personnalité de son interlocuteur.

3 - Anticiper et gérer les situations de stress

- Repérer les premiers signaux de stress pour agir avant que la situation ne s'aggrave.
- Identifier les sources de stress pour soi et pour son interlocuteur.
- Adapter sa communication et son comportement pour restaurer une communication efficace.

Mise en situation

Jeux de rôles : restaurer une communication positive avec un interlocuteur sous stress.

4 - Définir une stratégie de communication efficace avec son entourage professionnel

- Identifier de manière factuelle le profil de personnalité de ses collègues.
- Revisiter la manière de communiquer avec eux dans les situations professionnelles courantes.
- Anticiper les situations de stress récurrentes et définir une stratégie de communication efficace pour en sortir.

Mise en situation

Ateliers et simulations sur la base de cas réels des participants. Expérimentation : le cadeau personnalisé.

SAS OAK'OM – 20 rue de la redoute 92210 Saint-Cloud – RCS Nanterre 827814310

SIRET 82781431000021 – SIREN 827814310 – Code NAF 8559A – TVA Intracommunautaire FR54 827814310
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11922303192 auprès du préfet de région de l'Île de France

Durée et modalité d'organisation :

Formation sur 2 ou 3 jours (à déterminer en fonction des besoins du client)

Organisation en présentiel ou à distance.

Intra ou inter entreprise.

Nombres de stagiaires : 12 personnes max, minimum 4 personnes.

Lieux : en fonction du groupe

Modalité d'évaluation :

Évaluation Formative sous forme d'un QCM et Sommative (évaluation de l'intervenant avec validation des acquis)

Accessibilité :

En intra ou en salle de location inclusion des personnes en situation de handicap

Délai d'accès :

Réponse sous une semaine en fonction du planning

Modalités de formation

Au choix 100 % présentiel ou distanciel (14h/semaine du lundi au vendredi) : 100 % en entreprise ou dans des locaux dédiés si inter-entreprises .

50 % de théorie et 50 % de pratique (Learning by doing, Cas pratiques, gamification).

Moyens matériels et logistique

Supports de cours sous forme de classeur, ou PDF si en distanciel. Le formateur aura son propre matériel informatique pour passer ses slides et/ou vidéos. L'utilisation de zoom sera privilégié, utilisation de l'application Kahoot, et pole-verywhere si la formation est dispensée en distancielle.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Identifier les différents type de personnalité
- Adapter votre langage pour mieux communiquer
- Adapter la façon de vous motiver et motiver vos collaborateurs
- Repérer vos mécanismes de stress et les gérer



12/07/2023

Version 1.0

- Repérer les mécanismes de stress de vos pairs/collaborateurs et ainsi mieux les gérer

Tarifs

A partir de 2200 € HT journée de formation en intra Entreprise (Prix public)

A partir de 650 € jour par personne en inter entreprise (prix public)

Inventaire de personnalité et manuel de formation : 230 HT€ par personne (en plus)