



Animatrice

Bee Attitude Sas
Formation et Coaching,
Claudine Hallier

Participants

De 6 à 12 personnes

Durée

2 jours

Prix

Fr. 1'300.-

Lieu

Centre de formation
Cimo – Monthey

Inscriptions

www.cimo.ch ou à l'aide
du bulletin d'inscription
disponible dans le
catalogue.

Renseignements

+41 24 470 31 53 / 39 16
ou formation@cimo.ch

Conditions générales

Consulter le site
www.cimo.ch



Communication

Intégrer les bases de la communication (C006)

Objectifs

- Savoir sur quelles bases sont construites les relations interpersonnelles
- Améliorer notre aptitude à communiquer efficacement par des techniques simples, concrètes et rapidement applicables au quotidien

Contenu du cours

- Faire passer ses idées, adresser ses messages avec plus de charisme et force de conviction
 - Gérer la dimension non verbale des relations interpersonnelles
 - Faciliter la communication, percevoir les émotions et s'adapter
 - Oser s'exprimer dans les relations hiérarchiques en conjuguant respect et remarques constructives
- Gagner du temps et de l'énergie en intégrant de nouvelles formes de communication authentique, ferme et bienveillante
 - Aller droit au but, communiquer avec clarté et donner du sens
 - Organiser sa pensée pour mieux communiquer
 - Stopper l'alimentation des échanges et comportements nuisibles
 - Poser les bases des rapports constructifs et des communications saines
- Comprendre et être compris
 - Découvrir et comprendre avant de répondre – écoute et questionnement
 - Recueillir les « miracles » du Silence empathique
 - Acquérir l'art de la reformulation pour une puissance relationnelle et une efficacité fonctionnelle
 - Savoir recevoir et donner un retour d'informations sur une situation, un comportement, un ressenti ...

Public

Ce cours s'adresse à tous les collaborateurs.