Communiquer efficacement - MANCOM20

4 jours (2j + 2j) - 3 jours en INTRA

Présentiel

Public concerné

Tout public.
(Groupe de 10 personnes maximum)

Pré-requis

Aucuns

Objectifs

› Se définir en situation communicationnelle
› Appliquer l'écoute active
› Communiquer avec assertivité
› Communiquer sans violence
› Gérer ses émotions
› Gérer les situations dites « difficiles »

Contenu

› Mieux se connaitre soi en situation de communication
› Les bases de la communication verbale : l'écoute active, les bases de la communication non verbale, les attitudes dangereuses en communication.
› La communication assertive : l'attitude privilégiée en communication, la méthode D.E.S.C, savoir dire NON.
› La méthode OSBD : Observer sans évaluer, dire son Sentiment en disant « Je », exprimer son Besoin sans parler d'action, faire une Demande qui soit claire
› Bien gérer nos émotions (et celles des autres) : les 3 parties de notre conscience psychologique, le cahier des émotions
› Communiquer dans les situations difficiles : les attitudes dangereuses en communication, la méthode E.R.I.C pour faire face à un conflit

Méthodes pédagogiques

› Pédagogie interactive construite autour du vécu des participants et de leurs problématiques concrètes et centrées sur les échanges.
› Alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques, jeux de rôle et de tests appropriés
› Extraits vidéo de films ou documentaires
› Remise d'un support de formation

Intervenants

› Ph D. Administration, Dr en Sciences de gestion, Universitaire et consultant
OU
› Consultante en Ressources Humaines / Management et développement personnel

Évaluation des acquis

quiz de fin de séance et questionnaire d'évaluation

Tarif Inter 960€ / pers.

Tarif Intra 1350€ j. / gr.

Prochaines sessions

> 19, 20, 26 et 27 novembre 2026

> 14, 15, 20 et 21 octobre 2027

97%

Taux de satisfaction *

100%

Taux de recommandation *

CLERMONT-FERRAND
CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE

CFPS
CENTRE DE FORMATION
DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

04 73 75 40 30

cfps@chu-clermontferrand.fr

© CFPS CHU Clermont-Ferrand