

Programme de Formation

Communiquer avec ouverture et bienveillance

The logo for RHEATIS, featuring the word "RHEATIS" in a bold, serif font, enclosed within a rectangular border with horizontal lines above and below the text.

Lieu de formation : Sur le lieu de l'entreprise
Dates : A définir
Durée : 2 jours en présentiel
ou 4 demi-journées en distanciel.

PRESENTATION de la formation

Dans des organisations où les relations interpersonnelles se complexifient la communication Développer l'empathie

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES de la formation

- Construire et maintenir des relations constructives avec ses différents interlocuteurs
- Amorcer le dialogue et créer un climat de confiance
- Apprendre à s'exprimer sans agresser et à écouter l'autre sans s'effacer

Demi journée 1 :

SEQUENCE 1 : Découvrir la méthode et son intention

Présenter la méthode de la Communication NonViolente
Identifier les enjeux dans la relation
Comprendre l'intention de la méthode

Demi journée 2 :

SEQUENCE 2 : Développer l'auto empathie

Les freins à la communication : jugements, interprétation...
Accueillir et communiquer ses émotions
Clarifier ses besoins pour être rejoint

Demi journée 3 :

SEQUENCE 3 : Développer la coopération

Identifier les stratégies de communication
Transformer les jugements en besoins
Recevoir et donner des feedbacks positifs

Demi journée 4 :

SEQUENCE 4 : Apaiser les conflits

Clarifier les enjeux de la situation
Recevoir un message difficile
Dialoguer avec ouverture et assertivité

Clôture - Evaluation