

▶ Communiquer et manager
 ▶ Formation Inter-entreprises




Optimiser sa communication dans un environnement technique

4 jours
 [28 heures]
 MCET400

plan de cours disponible à l'adresse <http://www.adhara.fr/rh-mcet400.aspx>

OBJECTIF

Apporter aux participants (techniciens – informaticiens) les fondamentaux, éprouvés et efficaces, de la communication, avec une méthodologie structurée et adaptée à l'univers technique.

Ces apports théoriques et entraînements pratiques permettront aux participants de développer de nouvelles compétences comportementales, permettant d'optimiser leur relation interpersonnelle au sein de leur environnement technique.

PUBLIC

Toute personne provenant d'un environnement technique souhaitant développer ses compétences comportementales en termes de communication, dans un objectif d'amélioration de ses relations de travail.

CONTENU

1 Introduction à la formation : Changer pour du mieux

- > Prendre conscience des changements que cette formation va exiger, dans l'objectif d'optimiser sa communication dans le cadre de ses relations interpersonnelles
- > Comprendre les phases nécessaires à la mise en œuvre des changements attendus
- > Dépasser ses attitudes de frein et de résistance au changement
- > Accepter et anticiper les changements bénéfiques à son évolution

2 Rassembler les conditions d'une communication constructive et efficace dans un environnement technique

- > Comprendre les spécificités d'une communication dans un environnement technique
- > Savoir localiser les pièges de la communication
- > Créer des relations de confiance et de crédibilité
- > Identifier les différentes étapes nécessaires à une communication efficace

3 Construire une véritable compétence relationnelle

- > Créer un canal d'échange favorable à une communication efficace
- > Savoir se centrer sur son interlocuteur
- > S'ouvrir à la différence, au monde de l'Autre
- > Harmoniser son verbal et non verbal pour plus de cohérence

► Communiquer et manager
► Formation Inter-entreprises



Optimiser sa communication dans un environnement technique

4 jours
[28 heures]
MCET400



plan de cours disponible à l'adresse <http://www.adhara.fr/rh-mcet400.aspx>

- > Savoir se synchroniser pour être mieux perçu et compris
- > Savoir écouter activement
- > Maîtriser ses émotions
- > Savoir questionner, reformuler et utiliser le feedback

4 Connaître son style préférentiel de communication et s'adapter à l'Autre

- > Connaître les styles préférentiels de communication
- > Diagnostiquer son propre style
- > Savoir reconnaître celui de l'Autre
- > Savoir appliquer cette grille de lecture dans le cadre de ses relations

5 Construire le « fond » de sa communication

- > Définir précisément le résultat attendu par sa communication (objectifs)
- > Trouver ses arguments
- > Choisir les termes - mots percutants et adaptés en fonction de ses différents interlocuteurs
- > Savoir différencier : faits – opinions – sentiments
- > Appliquer ces règles selon le profil de son interlocuteur

6 Mettre en « forme » sa communication

- > Travailler sa gestuelle et son regard
- > Savoir occuper l'espace – volume
- > Exprimer ses émotions

7 Oser le dire

- > Savoir comment féliciter
- > Critiquer de façon constructive

8 Mettre en œuvre et faire vivre le changement

- > Rédiger un plan d'action individuel pour optimiser sa communication dans ses relations interpersonnelles au sein d'environnement technique

► Communiquer et manager
► Formation Inter-entreprises



**Optimiser sa communication
dans un environnement
technique**

4
jours
[28 heures]
MCET400



plan de cours disponible à l'adresse <http://www.adhara.fr/rh-mcet400.aspx>

- > Savoir sur quoi et comment mettre en pratique la formation
- > Appliquer la formation grâce à son plan d'action
- > Passer de la formation à l'action
- > Maintenir en vie le changement