

Rapid Learning

Code
701472

Durée
30
minutes

Tarif
Inter*
49 € HT

**Repas inclus (en présentiel)*

PUBLIC

Personne qui souhaite développer ses capacités en communication interpersonnelle

PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis nécessaire

NIVEAU D'EXPERTISE

Fondamentaux

LES POINTS FORTS

Un large panel d'activités interactives?

Se former où et quand on veut?

S'arrêter et reprendre sa formation à sa guise?

Une attestation de suivi ou de réussite téléchargeable sur toutes nos solutions?

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Un module 100% à distance à faire à son rythme
- Des activités ludiques et interactives
- Un quiz de fin de module pour valider les acquis
- Une formation favorisant l'engagement du participant pour un meilleur ancrage des apprentissages

SATISFACTION ET EVALUATION

- Une attestation sera disponible en téléchargement lorsque vous aurez suivi entièrement et validé votre module de formation e-learning

ACCOMPAGNEMENT FORMATION À DISTANCE

En cas de nécessité, une assistance technique et pédagogique est joignable entre 8h30 et 18h (jours ouvrés):

- par téléphone : 01 83 10 10 10
- par mail : care-formation@lefebvre-dalloz.fr

Une réponse immédiate est apportée ; si besoin, le demandeur est mis en

Objectifs pédagogiques

- Faire le point sur sa communication
- Communiquer avec empathie
- Adapter sa communication pour mieux communiquer
- Dépasser les situations délicates
- Communiquer avec conviction et respect

Programme du module digital

Faire le point sur sa communication

Identifier les composantes de son image

- Le non-verbal, le para-verbal, le verbal
- L'alignement Tête-Cœur-Corps

Expliquer les raisons d'une mauvaise communication

- Le cadre de référence
- Les 3 écueils de la communication

Communiquer avec empathie

Développer une écoute active

- Empathie, apathie, antipathie, sympathie
- Focus sur l'Empathie

Questionner et reformuler pour être en phase

- Les types de questions
- Les 3 types d'écoute

Adapter son comportement pour mieux communiquer

Identifier les différents types de comportements

relation avec un expert dans un délai maximum de 48h.

- 3 types de comportements refuges
- Caractéristiques de chaque comportement

Adopter le bon comportement

- Les clés pour agir efficacement
- Réaction face à l'agressivité, la manipulation, la passivité

Dépasser les situations délicates

Oser dire NON

- Les freins, les gains
- Le REPERE pour formuler un NON

Exprimer une critique constructive

- Fait, opinion, sentiment
- Le DESC pour émettre une critique

Communiquer avec conviction et respect

Être assertif et factuel pour communiquer

- Définition de l'assertivité
- Origine, croyance, conséquence

Être assertif

- Les clés de l'assertivité Réaliser
- Le test d'assertivité
- La bonne compréhension du module sera évaluée par un quiz de fin

A noter

... _____

En amont et en aval de la formation, le positionnement pédagogique sera effectué à l'aide d'un questionnaire d'auto-positionnement.

