

# Mieux communiquer et se faire comprendre

Ref : 124066

🕒 21h

💻 Présentiel

## > Objectif opérationnel

- Apporter des connaissances en matière de communication
- Apprendre les règles d'hygiène relationnelle
- donner des outils pédagogiques pour favoriser les relations et apprendre à les utiliser.

## > Métier concerné

Toute personne souhaitant s'affirmer dans ses relations professionnelles et mieux communiquer.

## > Prérequis

Savoir lire, écrire et parler.

## > Modalités pédagogiques

1. Power point avec slides de présentation de la Méthode ESPERE®
- 2 . Réalisation de visualisation à l'aide des personnes et / ou des objets afin de mieux appréhender les situations relationnelles conflictuelles

## > Programme

## 1er jour : Présentation de la méthode ESPERE®

- les outils tel que le bâton de Parole, l'écharpe relationnelle, la symbolisation et la visualisation.
- La Méthode ESPERE® dans son ensemble qui va permettre à chacun de découvrir une nouvelle façon de communiquer et apprendre des règles de communication.
- Mise en situations à partir des vécus des participants.

## 2ième jour : Comment se positionner de façon claire ?

Chacun définit sa carte d'identité relationnelle en fonction de son poste (ses apports, ses besoins et ses attentes, ses zones d'intolérances).

Proposition de visualiser des situations professionnelles où les participants sont en difficultés pour proposer une nouvelle façon de communiquer.

Répondre aux questionnements des participants.

Approfondissement sur les concepts qui structurent la méthode ESPERE® .

Mise en situations et travail sur les sanctions possibles suivant les problèmes rencontrés. ;

## 3ième jour : Apports théoriques sur des préconisations en matière relationnelle

Mise en situations à partir des vécus professionnels des participants pour proposer une nouvelle façon de communiquer.

Approfondissement sur les concepts qui structurent la méthode ESPERE® (Être à l'écoute des salariés ayant des comportements atypique).

Bilan et évaluation de la Formation.

### > Niveau

Initiation

### > Formateurs

Sandrine RAYNALDY Formatrice en Communication relationnelle.

## > Supports pédagogiques utilisés

J'utiliserai :

- l'ordinateur avec un vidéoprojecteur et un écran.
- le baton de Parole, des écharpes et des objets pour montrer ce dont nous parlerons en réalisant des visualisations.
- Ce sera une pédagogie active et participative avec des apports théoriques et des exemples concrets.
- Nous réaliserons une alternance de travail en binôme et en grand groupe.

## > Documentation remise aux stagiaires

Un document de l'ensemble des slides sera remis aux personnes.

## > Modalités d'évaluation initiale

Un entretien préalable sera réalisé afin d'adapter au mieux le contenu de la formation.

## > Modalités d'évaluation finale

*une évaluation à chaud et un questionnaire a propos du contenu qu'ils auront reçu seront remis.*

## > Équipements ou matériels à apporter pour suivre la formation

Du papier et un crayon et un support pour écrire.

## > Nombre maximum de participants

8