MANAGEMENT

★ 4,50/5 SATISFACTION 2025

Ressources & Changement
JMC ÉCOLE

Améliorer sa communication professionnelle

Vous-même ou vos collaborateurs rencontrez des problèmes dans votre communication sur le plan professionnel ?

L'ESSENTIEL

DURÉE	MODALITÉS	PUBLIC
1 jour (7 heures)	Présentiel	apprenants de tout secteur d'activité
PRÉ-REQUIS	**TARIF**	**DÉLAI D'ACCÈS**
Aucun pré-requis (expression en langue française)	**Inter : 350 € HT / participant** Intra sur-mesure : nous consulter	Sous 1 semaine après validation de la demande

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier son propre style de communication préférentiel sous différents niveaux de stress
- Reconnaître au sein d'une équipe les styles en présence et adapter son animation pour atteindre les objectifs visés
- Identifier les tensions existant dans un groupe et choisir les modalités de traitement les plus pertinentes

PROGRAMME

Accueil et recueil des situations vécues 01	présentation de la formation, tour de table, retours sur le questionnaire, attentes
Séquence 2 02	Identifier son propre style de communication sous différents niveaux de stress : son profil, son style, ses besoins, ses forces et ses limites
Reconnaître les styles en présence dans une équipe 03	• identifier les profils • les caractériser (écoute active, observation, analyse, adaptation, empathie) • pistes d'amélioration avec les collègues • adapter sa posture en équipe, sur un projet, selon ses interlocuteurs
Séquence 4 04	• Identifier les tensions dans un groupe et choisir les modalités de traitement : à partir des profils d'une équipe projet, repérer les situations génératrices de tensions et les conflits préexistants • « dire les choses » en préservant la relation • garder l'objectif en tête, accepter que les tensions sont naturelles et bénéfiques tant qu'elles restent au niveau du rôle professionnel

Clôture	05	feed-back, évaluation des acquis, satisfaction à chaud

Démarche pédagogique

alternance apports / sous-groupes / synthèse ; questionnaire DISC en ligne préalable ; supports visio/audio ; documents remis en numérique.

Évaluation & validation

questionnaires et auto-évaluations, synthèse en fin ; questionnaire d'évaluation ; bilan pédagogique.

Intervenant

Consultant associé du groupe Ressources & Changement. Débriefing avec le responsable pédagogique de JMC École après chaque session.

Sanction de la formation

Attestation de fin de formation remise à chaque participant. Évaluation des acquis réalisée par le formateur.

♿ Nos formations sont accessibles aux **personnes en situation de handicap**. Pour définir les modalités d'adaptation nécessaires, contactez en amont le référent handicap **Aurélien Desbats** — contact@ressources-et-changement.com — 05 56 12 78 78.