

MRH02 – Formation « Mieux se connaître pour mieux communiquer »

Comprendre son fonctionnement et celui des autres pour améliorer sa communication !

■ Objectif principal de formation :

- Mieux communiquer, en se connaissant mieux et en comprenant mieux les autres.



■ Public visé :

Tout public, tout secteur d'activité.
Groupes de 4 à 10 personnes

■ Pré-requis nécessaires pour suivre l'action de formation :

Aucun pré-requis pour les stagiaires

■ Durée :

1 jour – 7h

■ Tarif :

Nous consulter

■ Lieu :

Site Client
Ou salle de formation d'HR'Go, située au 11bis rue de la Piscine à Essarts en Bocage (85140)

■ Modalités d'accès :

Formation intra-entreprise.
Formation organisable en inter-entreprises, selon demande.

■ Déroulement :

- ✓ Mieux se connaître pour mieux comprendre les autres
 - Apprendre à décrypter les grandes dominantes de comportements ;
 - Se situer dans ses propres modes de communication dominants (Méthode DISC)

- ✓ Communiquer : comment ça fonctionne ?
 - Communication : émetteur, récepteur ; écoute et prise de parole
 - Interprétations et faits
 - Langage corporel ; apprendre à décrypter les réactions, les comportements, les émotions

- ✓ Comment communiquer efficacement ?
 - Quand ? Où ? Pour quoi ?
 - Position d'écoute, de partage, de transmission d'information : quelle position pour quel message ?
 - Délivrer un message clair
 - Communication Bienveillante et Efficace, CNV
 -

- ✓ Tester et analyser ses pratiques par des mises en situations

Echanges, test individuel, jeux pratiques, vidéos, quizz, apports.

■ Formateur(s) :

Yohann JOBARD

Consultant-Formateur indépendant – Fondateur et Dirigeant de HR'Go
21 ans d'expérience en Prévention & Santé au Travail, Ergonomie, Management & RH.
Master 2 HSE, DU Ergonomie, Formation RH, Agréé IPRP
Formateur spécialisé en prévention des RPS et des TMS

■ Méthodes et Moyens pédagogiques :

- Un questionnaire de pré-positionnement est envoyé avant la formation
- Echanges et mises en pratique, vidéos, études de cas, jeux de mises en situation, tests

■ Validation et suivi :

- Remise d'une attestation à la fin de la formation ; Evaluation des acquis par des questionnaires
- Remise de supports en format numérique

HR'Go S.A.S.

15 rue des Roitelets – 85140 ESSARTS EN BOCAGE – 06 32 05 22 24 – y.jobard@hrgo.fr – www.hrgo.fr
N° SIRET : 904 033 883 00011 - Code APE : 7022Z - TVA Intra. : FR91904033883
N° de déclaration d'activité organisme de formation : 52 85 02424 85