

Au-delà des compétences métier, la communication interpersonnelle est une composante clé de la réussite... professionnelle ou personnelle.

Se connaître en tant que communicant, savoir adapter sa communication, son message et sa posture à son interlocuteur ou à son public, développer son aisance et répartie par un travail approfondi de l'écoute. Tels sont les partis pris pédagogiques de cette formation.

Public

Tous collaborateurs

Prérequis

Cette formation est accessible sans condition particulière.

Objectifs de la formation

- Mieux se connaître en tant que communicant ou orateur
- Adapter sa communication à son interlocuteur ou à son public
- Développer son aisance par une meilleure écoute
- Renforcer son charisme lors de ses prises de parole

Programme

1. Les principes essentiels de la communication

- Connaître les règles fondamentales de la communication
- Savoir définir son objectif de communication et préciser son intention
- Préparer et cadrer son intervention avec la méthode des « 6P » (Pourquoi Moi, pourquoi vous, pourquoi maintenant, pourquoi ce sujet, processus et plan)

2. Préparer et réussir ses prises de parole en public avec les 5C

- Construire : Connaître les différents types de plans et savoir choisir le plus adapté à sa situation
- Capter : réussir son entrée en matière et capter l'attention de son public
- Captiver : maintenir l'attention et l'engagement de son public par l'affirmation, l'explication et l'illustration
- Conduire : mener son public avec des transitions élégantes
- Conclure et mettre son public en action

3. renforcer son charisme par sa posture

- Dominer sa respiration pour une élocution serein
 - Gérer son temps et prendre en compte les cycles de l'attention
- Accentuer les temps forts de son discours
- Moduler son intonation pour donner du corps à son message

4. Développer son assertivité lors de ses prises de parole

- Repérer les signes de désaccords et savoir les gérer
- Apprendre à critiquer et accepter d'être critiqué
- Pratiquer la position basse en cas de confrontation lors d'une prise de parole
- Développer son assertivité : éviter les comportements d'agressivité, de fuite et de manipulation.

5. Développer ses qualités d'écoute

- Repérer les différents niveaux d'écoute
- Appréhender les caractéristiques d'une écoute authentique sur soi et sur les autres

<https://www.devop.pro/formation/formation-cles-communication-interpersonnelle.html>

Vous avez une question, contactez-nous au 01 70 38 21 10 ou via notre [formulaire de demande rapide](#)

Les clés de la communication interpersonnelle



- Pratiquer le centrage sur l'autre et non-jugement par le questionnement bienveillant
- Pratiquer la reformulation efficace et la restitution

Méthode d'animation

- Questionnaire d'auto-positionnement en amont
- Entraînement, jeux de rôles, mises en situations
- Pratique du feedback
- Conseils personnalisés

Consulter cette formation en ligne :

<https://www.devop.pro/formation/formation-cles-communication-interpersonnelle.html>

Vous avez une question, contactez-nous au 01 70 38 21 10 ou via notre [formulaire de demande rapide](#)