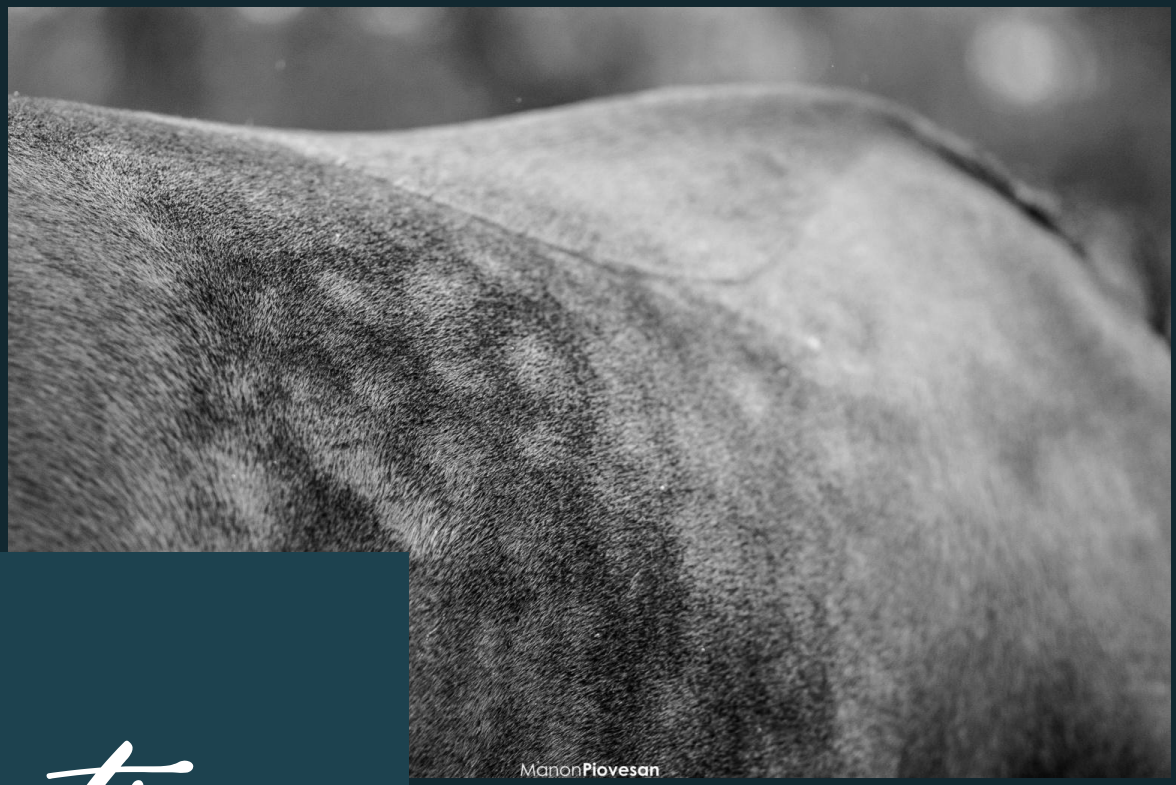
JDLifecoach
Equicoach

&

Thémis
Coaching RH



FORMATION *d'exception.*

« Communication dans les relations interpersonnelles en situation professionnelle »

21h de formation mixte dont 1 journée avec les chevaux.

Cette offre de formation est éligible à

MON COMPTE FORMATION

moncompteformation.gouv.fr

Google play | Download on the App Store

Sommaire

Objectifs de la formation	03
Profil des participants	04
Optimiser l'efficacité de sa communication interpersonnelle	05
Développer son influence sur les autres	06
Gérer les situations difficiles dans les relations interpersonnelles	06
Organisation de la formation	07
Coordonnées	10

« La communication consiste à comprendre celui qui écoute. »

Jean Abraham

Objectifs de la formation

- Créer une première impression favorable
- Capter l’attention de son auditoire dès les premières secondes
- Susciter l’adhésion de son auditoire
- Clarifier et simplifier les informations complexes pour faciliter la compréhension
- Réguler son stress et répondre aux questions déstabilisantes en gardant la maîtrise de la parole
- Inciter son auditoire à agir
- Identifier les différents types de conflits
- Mettre en œuvre des stratégies et les modes d'intervention pour résoudre un conflit

Profil des participants

Cette formation s’adresse à toute personne ayant à s’exprimer à l'oral (présentations, réunions, rapports, entretien d’embauche, soutenance de mémoire, etc.…). Elle est recommandée pour des personnes ayant des messages importants à faire passer, devant animer des groupes de travail, influencer & convaincre.

Nous sommes particulièrement sensibles à l’adaptation de nos formations aux personnes en situation de handicap, contactez-nous pour plus de renseignements : contact@themis-formation.com

Pré requis : Cette formation ne nécessite pas de connaissances particulières. Elle est particulièrement adaptée aux personnes prenant de nouvelles fonctions ou pour prendre confiance en soi.

Pour toute demande ou réclamation, veuillez prendre contact avec nos services : Thémis formation - 3 rue Gloxin - 67000 Strasbourg - contact@themis-formation.com

Optimiser l'efficacité de sa communication interpersonnelle

- Mettre en œuvre un mode de communication adapté aux différents profils comportementaux
  - ✓ Analyser les différentes clés de compréhension de soi, les forces et les axes d'amélioration de sa communication
  - ✓ Repérer les caractéristiques de chaque type de personnalité
  - ✓ Recenser les besoins psychologiques de ses interlocuteurs
  - ✓ Utiliser les canaux de communication adaptés à l'interaction et à l'interlocuteur
  - ✓ Conduire des entretiens en tenant compte des différentes personnalités
- Développer la qualité de ses relations interpersonnelles
  - ✓ Adopter une attitude positive et coopérative
  - ✓ Développer sa flexibilité relationnelle
  - ✓ Utiliser les techniques d'écoute active, de communication et de questionnement
  - ✓ Utiliser les techniques de perception des messages implicites et non verbalisés
  - ✓ Accompagner son interlocuteur en zone de confort
  - ✓ Utiliser les outils de compréhension du langage verbal et non verbal

Développer son influence sur les autres

- Transmettre ses messages avec conviction
- Développer une dynamique positive dans ses interactions avec les autres
- Développer la congruence entre la communication verbale et non verbale
- Utiliser les techniques d'imagerie mentale
- Convaincre avec assertivité

Gérer les situations difficiles dans les relations interpersonnelles

- Gérer ses propres émotions en situation de stress
- Détecter les premiers signes d'une situation difficile naissante
- Traiter les désaccords de façon objective et constructive
- Analyser les situations de conflits interpersonnelles
- Utiliser les techniques de prévention et de médiation

Organisation de la formation

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation
- 1 manuel du participant
- 1 diaporama reprenant les idées clés de chaque module
- Mises en situation filmées pour valider les points d'amélioration des présentations successives
- P.S.H. : adaptation des moyens sur demande et devis
- Equicoaching en extérieur dans un manège

Dispositif de suivi de l'exécution et d'évaluation des résultats de la formation

- Entretien préalable sur les axes d'amélioration désirés
- Questionnaire à chaud pour mesurer l'atteinte des résultats
- Questionnaire pré et post-formation pour mesurer les compétences développées
- Attestation de réalisation - Certification professionnelle via le dispositif C.P.F.

Organisation pratique :

- Formation : 21 heures en présentiel et distanciel - Horaires : 9h-12h30 / 14h-17h30
- Nombre de participants : entre 3 et 10 participants
- Délai d'accès : sous un mois à compter de la demande

Lieu de formation

- Nancy / Strasbourg -Centre équestre et salle de réunion accessibles aux P.S.H.

Cout de la formation

- 2750 € HT par participant - Prise en charge possible via le C.P.F.

LE CHEVAL

Vit et agit dans l'instant, selon son instinct.
Il est habile émotionnellement.
Et vous ramène dans le moment présent en vous donnant **un feedback immédiat.**

Le cheval est un expert
En **communication**
En **relations sociales**
En **management**

Profils Formateurs

Julie Daltroff

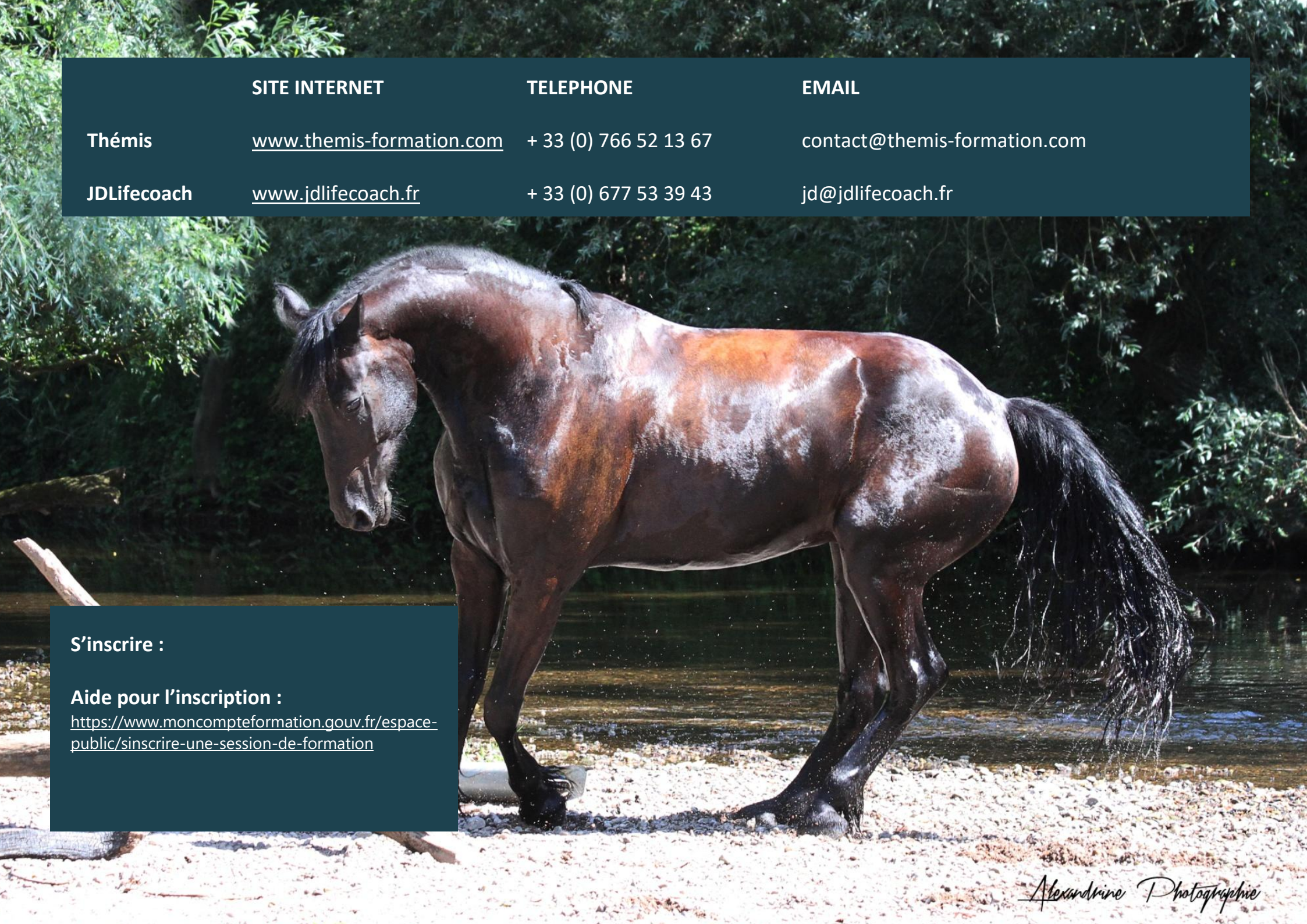
25 ans de passion auprès des chevaux
Une analyse très fine de l'être humain
Une grande sensibilité pour le développement personnel

Coach professionnelle certifiée ICI
Equicoach diplômée

Franck Lécuyer

Directeur des Ressources Humaines
Responsable Formation
Formateur pour adultes certifié en prise de parole en public

Diplômé en droit
Master 2 de Management - EM Strasbourg



	SITE INTERNET	TELEPHONE	EMAIL
Thémis	www.themis-formation.com	+ 33 (0) 766 52 13 67	contact@themis-formation.com
JDLifecoach	www.jdlifecoach.fr	+ 33 (0) 677 53 39 43	jd@jdlifecoach.fr

S'inscrire :

Aide pour l'inscription :
https://www.moncompteformation.gouv.fr/espace-public/sinscrire-une-session-de-formation