Formation Technique de Communication, outils et méthode

DÉVELOPPEZ VOTRE COMMUNICATION ET VOTRE CONFIANCE EN VOUS

Vous souhaitez développer des techniques de communication efficace ? Utilisez l'hypnose et des stratégies de gestion du mental pour améliorer la communication, le bien-être personnel

OBJECTIF

A l'issue de la formation Formation Technique de Communication, outils et méthode, diverses compétences vous seront transmises, notamment :

- Explorer diverses techniques de communication
- Maîtriser la PNL et la Gestalt
- Approfondir la connaissance en Process Communication et psychosociologie
- Intégrer l'hypnose et des techniques avancées de gestion du mental

LES PRÉREQUIS

Aucun pré-requis n'est nécessaire pour suivre cette formation : un bilan préformation sera établi.

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne souhaitant développer ses compétences.

OUTILS ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Matériel requis : Ordinateur, connexion Internet, navigateur web à jour, si la formation porte sur un logiciel spécifique, vous devez avoir une version de celui-ci. En cas de formation en présentiel, un PC avec les logiciels nécessaires pourra vous être prêté le temps de la formation.
Plateformes utilisées : outils collaboratifs (Google Docs, Drive pour échanges de fichiers), échange de mail, site web spécifique pour envoi de gros fichiers

Supports fournis : supports PDF, modèles de sites, bibliothèques d’exemples

SUIVI ET ÉVALUATION

Feuille d’émargement signée. Une attestation de fin de stage est délivrée. Exercices pratiques tout au long de la formation. Une évaluation pratique & théorique sera réalisée en fin de parcours.

LES POINTS FORTS

Formation réalisable à distance,
en présentiel ou un mix des deux.

Formation sur mesure et adaptée.

Avancement à votre rythme
Devenez autonomes !

ACCESSIBILITÉ

Pour les personnes en situation de handicap,
Vous pouvez consulter cette page pour vous orienter au mieux.

DÉLAI D'ACCÈS

Variable en fonction de votre statut et du financement de la formation. Pour en savoir plus, contactez-nous

SI FORMATION À DISTANCE

Dispositif d’exécution utilisé pour la visio : Nous utiliserons de préférence Google Meet, en cas de problème ou changement nous pouvons passer par Microsoft Teams, Zoom, Skype.
Dispositif mis en place pour échanger : Le formateur reste disponible par mail entre les séances pour toutes éventuelles question

DURÉE DE LA FORMATION

Se référer au devis

MODALITÉ D'EXECUTION

Se référer au devis

MODALITÉS D'ACCOMPAGNEMENT PÉDAGOGIQUE

L’accompagnement comprend

– Un test de positionnement initial permettant d’adapter le parcours
– Un entretien de cadrage pédagogique en début de formation
– Un suivi continu durant les séances (feedback immédiat, corrections guidées)
– Un temps de questions/réponses en début de chaque session (10 à 15 minutes). Votre formateur vous pose quelques questions pour repérer ce qui a été retenu du cours précédent et fait une piqûre de rappel en cas de besoin
– Une disponibilité du formateur par email entre les séances (sous 48h ouvrées)
– Un point intermédiaire à mi-parcours
– Un bilan final de préparation à la certification

Encadrement

– Le formateur est là pour vous, il vous accompagne tout au long du processus
– Accompagnement individualisé en cas de difficulté
– Adaptation des exercices au niveau du candidat
– Tout en dirigeant cette formation, il s’adapte à votre rythme, à votre besoin

Modes d’évaluation de la progression

L’évaluation se fait tout au cours de la formation. Une fois un point du programme vu, un retour d’information oral peut s’effectue ou plus fréquemment une manipulation par le stagiaire pour voir si le point est compris et acquis.

La théorie, mais surtout la pratique est de mise pour atteindre l’objectif fixé

La durée annoncée de chaque module est la durée minimum, elle peut être allongée si nécessaire au bon déroulement de la formation.

CONTENU DE LA FORMATION

Module 1 – Différentes techniques de communication

- Communication verbale et non verbale : Exploration des aspects verbaux et non verbaux de la communication.
- Communication assertive : Techniques pour communiquer de manière assertive et respectueuse.
- Communication persuasive : Stratégies pour influencer et persuader les autres de manière éthique.
- Communication digitale : Adaptation des techniques de communication aux plateformes numériques.

Module 2 – PNL (Programmation Neuro-Linguistique)

- Fondements de la PNL : Histoire, principes et applications de la PNL.
- Modèles de communication en PNL : Apprendre et pratiquer différents modèles de communication issus de la PNL.
- Techniques de changement en PNL : Utiliser la PNL pour induire des changements comportementaux positifs.

Module 3 – Gestalt

- Principes de la thérapie Gestalt : Introduction aux concepts clés de la Gestalt.
- Communication dans la thérapie Gestalt : Techniques de communication basées sur la pleine conscience et la responsabilisation.
- Application de la Gestalt dans divers contextes : Utiliser la Gestalt en thérapie, en coaching et en développement personnel.

Module 4 – Process Communication

- Introduction à la Process Communication : Comprendre les bases de cette approche.
- Types de personnalité et communication : Adapter la communication selon les différents types de personnalité.
- Gestion des conflits et motivation : Utiliser la Process Communication pour résoudre les conflits et motiver.

Module 5 – Hypnose, un outil puissant | 14h

- Principes de base de l’hypnose : Introduction à l’hypnose et ses applications.

- Techniques d'hypnose avancées : Approfondissement des techniques d'hypnose pour la communication et le changement.
- Hypnose dans le coaching et la thérapie : Application de l'hypnose dans différents contextes professionnels.
- Les différents états modifiés de la conscience et la physique de la conscience
- Hypnose et changement comportemental : Utiliser l'hypnose pour faciliter le changement et la gestion des émotions.
- L'utilisation de la voix et la façon dont on parle de façon dans un but hypnotique
- Les jeux hypnotiques
- L'installation d'un état hypnotique et les détails du discours

Module 6 – Gestion du mental | 7h

- Mindfulness et pleine conscience : Techniques pour développer la pleine conscience et la présence.
- Gestion du stress et de l'anxiété : Stratégies pour gérer le stress et l'anxiété.
- Renforcement mental : Techniques pour renforcer la résilience et l'autorégulation.
- La gestion du mental en séance

Module 7 – Approches de la psychosociologie

- Fondements de la psychosociologie : Comprendre comment les groupes et les individus interagissent.
- Communication dans les groupes : Techniques pour faciliter la communication et la dynamique de groupe.
- Influence sociale et changement : Stratégies pour comprendre et naviguer dans l'influence sociale.