

# FORMATION- COMMUNIQUER AUTREMENT

Dans le monde professionnel, savoir communiquer est une compétence essentielle. La communication a le dos large! Elle est souvent la cause de conflits. En même temps, la communication peut être simple. Il s'agit de quelques techniques, outils et prises de conscience permettant aux professionnels et aux leaders d'être mieux compris, d'écouter différemment, et d'oser avoir des conversations difficiles. *Communiquer autrement* est une formation de 3h s'adressant à des professionnels et des leaders.

## OBJECTIFS

- Développer des techniques pour mieux se faire comprendre.
- Développer son écoute.
- Comprendre comment tenir une conversation difficile.
- Être conscient des filtres personnels de la communication.

## MÉTHODOLOGIE

Pour chacun des objectifs, il y aura un exercice de mise en pratique en binôme. Un petit cahier du participant sera fourni avec les points importants, les exercices et un modèle de plan d'action individuel. D'une durée de 3h, cette formation vous mettra en action et en réflexion!

## CONTENU

1. Les défis de la communication : pourquoi est-ce si complexe?
2. La technique de l'entonnoir : 4 étapes pour communiquer efficacement.
3. Les barrières à l'écoute : les bruits intérieurs et extérieurs et quelques cas difficiles.
4. Poser des questions percutantes : changez vos questions, changez votre communication!
5. Déterminer les comportements justes et pertinents dans son contexte.
6. Les facteurs de succès et d'échecs des conversations difficiles.
7. Le contenu, la préparation et le suivi d'une conversation difficile.
8. Se mettre en action : votre plan individuel.

## ANIMATRICE



Geneviève Dicaire, coach professionnelle certifiée par la Fédération Internationale de Coaching, conférencière, auteure de deux livres et formatrice agréée par Emploi Québec.

Dans tout ce qu'elle entreprend, Geneviève veut faire émerger une façon différente d'être, d'agir et de faire dans le but de permettre aux autres de passer à l'action différemment afin qu'ils créent un impact plus positif autour d'eux.

Avant d'exercer sa passion du coaching à plein temps, elle a eu un parcours de 15 ans dans le milieu des technologies de l'information : de programmeur, elle a occupé rapidement des postes de gestion de projets puis de direction. Transformer sa communication a été un élément qui lui a permis d'avoir de meilleurs résultats, plus de plaisir et un impact plus positif autour d'elle.