

Maîtrisez l'art de la communication efficace et authentique

<p>Les pré-requis</p> <p>Aucun</p>	<p>Pourquoi cette formation est essentielle</p> <p>Dans un monde professionnel où les malentendus se multiplient et où chaque mot compte, la maîtrise des mécanismes de communication est devenue un atout stratégique incontournable.</p>												
<p>Les personnes concernées</p> <p>Managers, responsables d'équipe, professionnels de la communication, coachs, formateurs, toute personne souhaitant améliorer ses compétences relationnelles.</p>	<p>La communication efficace fonctionne comme une véritable boussole qui vous guide à travers les défis relationnels quotidiens. Sans cette orientation claire, vous risquez de vous perdre dans le brouillard des incompréhensions, des tensions et des conflits latents.</p> <p>La Boussole de la Communication vous offre un cadre conceptuel puissant pour retrouver le nord dans toutes vos interactions professionnelles et personnelles.</p>												
<p>La durée</p> <p>7 heures en présentiel sur Grenoble (salle de séminaire accessible aux PMR).</p>	<p>Un modèle innovant en 4 dimensions</p> <p>Notre approche repose sur quatre dimensions cardinales qui, lorsqu'elles sont équilibrées, créent les conditions d'une communication authentique et impactante :</p>												
<p>Le tarif</p> <p>490 € HT (588€ TTC) comprenant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - La formation complète - Le support pédagogique complet - Une boîte à outils numériques - Un suivi post-formation (session Q&R à distance 1 mois après) <p><i>* Possibilité de prise en charge par votre OPCO</i></p> <p><i>* Tarif à titre individuel sur demande</i></p>	<p>Dimension Orientation Composantes</p> <table border="0"> <tr> <td>VOULOIR</td> <td>Nord</td> <td>Volonté/Envie et Intention</td> </tr> <tr> <td>SAVOIR</td> <td>Est</td> <td>Objectif et Technique</td> </tr> <tr> <td>POUVOIR</td> <td>Sud</td> <td>Courage et Conditions</td> </tr> <tr> <td>DEVOIR</td> <td>Ouest</td> <td>Sens moral/Justice et Responsabilité</td> </tr> </table> <p>Maîtriser cette boussole intérieure, c'est développer une intelligence communicationnelle qui transcende les techniques traditionnelles pour atteindre une véritable agilité relationnelle.</p> <p>Ce que vous allez acquérir</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Connaissance de soi et des dimensions communicationnelles <ul style="list-style-type: none"> • Comprendre les quatre dimensions cardinales de la communication • Identifier vos points forts et axes d'amélioration personnels • Développer une communication équilibrée et efficace • Reconnaître l'impact des émotions sur vos échanges ✓ Stratégies de communication adaptative <ul style="list-style-type: none"> • Adapter votre style selon les contextes et interlocuteurs • Prévenir et gérer les situations de tension • Maintenir le cap communicationnel malgré les influences extérieures • Résoudre les tensions et contradictions internes 	VOULOIR	Nord	Volonté/Envie et Intention	SAVOIR	Est	Objectif et Technique	POUVOIR	Sud	Courage et Conditions	DEVOIR	Ouest	Sens moral/Justice et Responsabilité
VOULOIR	Nord	Volonté/Envie et Intention											
SAVOIR	Est	Objectif et Technique											
POUVOIR	Sud	Courage et Conditions											
DEVOIR	Ouest	Sens moral/Justice et Responsabilité											

<p>Votre programme détaillé</p> <p>Module 1 : Les fondamentaux de la Boussole</p> <ul style="list-style-type: none"> • Introduction au concept et ses quatre dimensions cardinales • Exploration approfondie de chaque dimension • Autodiagnostic de votre profil communicationnel <p>Module 2 : Communication efficace et positive</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maîtrise des synergies entre les différentes dimensions • Techniques d'adaptation de votre discours • Cartographie des émotions dans la communication • Exercices pratiques d'empathie et d'intelligence émotionnelle <p>Module 3 : Gestion des situations difficiles</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identification des "aimants perturbateurs" (biais cognitifs, pressions sociales...) • Techniques de régulation émotionnelle • Stratégies de résistance et d'adaptation face aux influences extérieures • Plan d'action personnalisé pour une communication équilibrée <p>Votre formateur</p> <p>Michel Cezon</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coach professionnel certifié • Formateur certifié Process Communication Model • Médiateur certifié CMAP • Fondateur de Cogiteo www.cogiteo.net <p>CV sur https://fr.linkedin.com/in/michelcezon</p>	<p>Notre approche pédagogique</p> <p>Méthodes variées et engageantes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques - Mises en situation et jeux de rôle avec analyse - Études de cas concrets apportés par les participants - Outils d'autodiagnostic et d'évaluation - Interactions entre pairs <p>Un cadre optimal pour progresser :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Groupe restreint : 8 participants maximum - Apprentissage personnalisé et adaptatif - Suivi post-formation avec session Q&R à distance (1 mois après) <p>Des bénéfices concrets</p> <ul style="list-style-type: none"> - Analyse et préparation efficace des communications importantes - Navigation agile entre les différentes dimensions - Gestion améliorée de l'impact des émotions sur les échanges - Identification et neutralisation des influences extérieures perturbantes - Établissement de communications plus authentiques, éthiques et efficaces <p>Evaluation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Évaluation continue pendant la formation (exercices pratiques) - Auto-évaluation guidée en début et fin de formation - Questionnaire de satisfaction à chaud - Évaluation des acquis à froid (1 mois après la formation)
<p>Les prochaines dates</p> <p style="text-align: center;">30 juin 2025</p> <p style="text-align: center;">23 octobre 2025</p> <p style="text-align: center;">8 décembre 2025</p>	<p>Informations et Inscription</p> <p style="text-align: center;">contact@cogiteo.net – +33 6 7090 3426</p> <p>Délai d'accès : prévoir 15 jours avant le début de la formation</p> <p><i>Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter</i></p>

Mise à jour fiche 12/04/2025