



Communication interpersonnelle

Communiquer de manière optimale grâce au modèle neuro-comportemental HBDI®

3 jours (21h00) | 9 4,6/5 | COMO-HBDI | Évaluation qualitative de fin de stage | Formation délivrée en présentiel ou distanciel

Formations Management & soft skills > Communication orale > Communication interpersonnelle

Contenu mis à jour le 13/10/2023. Document téléchargé le 27/07/2024.

Objectifs de formation

A l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Analyser votre mode de communication grâce au HBDI®
- Identifier les préférences de communication associées à chaque style de pensée
- Evaluer les avantages et les limites de votre propre mode de communication
- Adapter votre communication (forme et contenu) pour être plus efficace, quels que soient vos modes préférentiels individuels
- Organiser vos interactions en évitant les conflits liés aux modes de communication différents ou antagonistes
- Organiser vos interactions pour gérer les conflits et trouver une issue consensuelle
- Utiliser le HBDI® pour mieux comprendre les styles de communication des autres
- Utiliser le HBDI® dans les situations de travail pour communiquer plus efficacement
- Utiliser le HBDI® pour résoudre les problèmes liés aux styles de communication dans le cadre professionnel.

Modalités, méthodes et moyens pédagogiques

Formation délivrée en présentiel ou distanciel* (blended-learning, e-learning, classe virtuelle, présentiel à distance).

Le formateur alterne entre méthode** démonstrative, interrogative et active (via des travaux pratiques et/ou des mises en situation).

Variables suivant les formations, les moyens pédagogiques mis en oeuvre sont :

- Ordinateurs Mac ou PC (sauf pour certains cours de l'offre Management), connexion internet fibre, tableau blanc ou paperboard, vidéoprojecteur ou écran tactile interactif (pour le distanciel)
- Environnements de formation installés sur les postes de travail ou en ligne
- Supports de cours et exercices

Prérequis

Avoir réalisé le questionnaire HBDI®.

Public concerné

Toute personne désirant améliorer ses compétences en communication interpersonnelle, que ce soit dans un contexte personnel ou professionnel et souhaitant développer son intelligence émotionnelle et ses capacités à s'adapter aux différents modes de communication et aux différentes personnalités.

Cette formation :

- Est animée par un consultant-formateur dont les compétences techniques, professionnelles et pédagogiques ont été validées par des diplômes et/ou testées et approuvées par l'éditeur et/ou par M2i Formation
- Bénéficie d'un suivi de son exécution par une feuille de présence élargée par demi-journée par les stagiaires et le formateur.

Programme

1) Avant la formation

- Questionnaire de positionnement pour identifier ses propres axes de progrès

2) Pendant la formation

Introduction

- Présentation de chacun
- Attentes et objectifs visés de chaque participant
- Présentation du cadre de la formation
- Contextualisation des objectifs et des enjeux
- Emergence des représentations des participants
- Ajustement du contenu du programme de la formation si besoin

Fondamentaux de la communication efficace

- Les bases de la communication interpersonnelle
- Les différents modes de communication
- Les avantages de la communication efficace
- Evaluation de votre propre style de communication

Le modèle HBDI®

- Présentation de l'outil HBDI® et de ses applications
- Les quatre styles de pensée : logique, séquentielle, interpersonnelle et imaginative
- Les préférences de communication associées à chaque style de pensée (formulation préférentielle, langage corporel préférentiel, contenus préférentiels)
- Evaluation de votre profil HBDI®

Identifier son / ses mode(s) de communication préférentiels

- Utiliser le HBDI® pour identifier votre propre mode de communication à partir des caractéristiques de votre profil personnel
- Les avantages et les limites de votre mode de communication (vos points forts pour communiquer et vos zones de vigilance)
- Comment adapter votre communication pour être plus efficace (développer des savoir-communiquer sur des modes que vous n'utilisez pas naturellement)
- Développer votre assertivité et votre leadership en utilisant les ressources du HBDI®

S'adapter aux styles de communication des autres

- Comment reconnaître le mode de communication des autres
- Comment adapter votre communication pour mieux communiquer avec eux (utiliser la forme, le contenu, le langage non verbal qui sont préférentiels chez eux)
- Comment éviter les conflits liés aux modes de communication (incompréhension, malentendus, non-dits...)
- Utiliser le HBDI® pour mieux comprendre les modes de communication des autres

Identifier rapidement les profils des autres pour bien communiquer

- Identifier les caractéristiques de langage (expressions, choix des mots, structure du discours) correspondant aux différents profils (logique, séquentiel, interpersonnel et imaginaire)
- Reconnaître et interpréter les mimiques (expressions du visage, émotionnalité...)
- Décrypter et interpréter les éléments du langage non verbal (vêtements, accessoires, schéma corporel, environnement personnel et/ou professionnel de la personne)

Utilisation du HBDI® dans les situations de travail

- Comment utiliser le HBDI® dans les situations de travail pour communiquer plus efficacement
- Comment utiliser le HBDI® pour améliorer les relations de travail
- Comment utiliser le HBDI® pour résoudre les problèmes liés aux modes de communication
- Application du HBDI® dans les situations de travail

Exemples de travaux pratiques (à titre indicatif)

- *Diagnostic : questionnaire Herrmann (profil individuel HBDI®)*
- *Mises en situation : atelier collectif ou simulations basées sur des cas concrets proposés par les stagiaires*
- *Exercices d'entraînement : utilisation et application du HBDI®*
- *Atelier collectif : analyse de scénarii, mise en situation pratique*
- *Jeux de rôle*
- *Brainstorming en sous-groupe*
- *Débriefing et analyse de pratique*
- *Plan d'action : rédiger son plan d'action personnalisé (PAP), objectifs et actions concrètes*

Synthèse de la session

- Réflexion sur les applications concrètes que chacun peut mettre en oeuvre dans son environnement
- Conseils personnalisés donnés par l'animateur à chaque participant
- Evaluation formative (quiz permettant de valider les compétences acquises)
- Bilan oral et évaluation à chaud

3) Après la formation : consolider et approfondir

- Pendant 3 mois après la formation, les participants bénéficient d'un suivi personnalisé asynchrone auprès du formateur par courriel
- Ils reçoivent des feedbacks et des conseils personnalisés en relation avec les sujets abordés en formation
- Ils approfondissent leur maîtrise du HBDI® grâce à une bibliographie et à divers documents

Le contenu de ce programme peut faire l'objet d'adaptation selon les niveaux, prérequis et besoins des apprenants.

Modalités d'évaluation des acquis

- En cours de formation, par des mises en situation contextualisées évaluées
- Et, en fin de formation, par un questionnaire d'auto-évaluation

Les + de la formation

- Une intégration et une assimilation rapide du HBDI®
- La possibilité d'une application immédiate des acquis dès le retour à la vie courante (personnelle, professionnelle, estudiantine...)
- Une approche à la fois rigoureuse et ludique
- Une application directe des acquis grâce à la diversité des profils stagiaires.

Accessibilité de la formation

Le groupe M2i s'engage pour faciliter l'accessibilité de ses formations. Les détails de l'accueil des personnes en situation de handicap sont consultables sur la page Accueil et Handicap.

Modalités et délais d'accès à la formation

Les formations M2i sont disponibles selon les modalités proposées sur la page programme. Les inscriptions sont possibles jusqu'à 48 heures ouvrées avant le début de la formation. Dans le cas d'une formation financée par le CPF, ce délai est porté à 11 jours ouvrés.