

**PREREQUIS : ETRE ELUS DU C.S.E.**

**DUREE : 1 JOUR**

**OBJECTIFS :**

*Clef d'un mandat réussi, la maîtrise de la communication reste un atout majeur tant dans votre vie privée que professionnelle.*

*DEFIS CE vous propose deux jours intensifs, pour bâtir ou perfectionner votre communication, à travers jeux de rôles et cas pratiques.*

---

## 1. TOUR DE TABLE

---

## 2. PRESENTATION DES PARTICIPANTS

- Présentations miroir ou insolites
- Débriefing (ressentis, premières analyses et constats)

---

## 3. REGLES DE BASE DE LA COMMUNICATION

- Qu'est-ce que communiquer ?
- Schéma de la communication
- Mise en pratique
- Synthèse

---

## 4. MIEUX SE CONNAITRE EN SITUATION DE RELATION A L'AUTRE

- Autodiagnostic
- Exposé
- Echanges
- Mises en situation en sous-groupes
- Débriefing, ressenti
- Synthèse
- L'assertivité en lien avec son action

---

## 5. DECOUVERTE DES OUTILS POUR UNE COMMUNICATION EFFICACE

- Lister, les situations difficiles de communication
- Echange en groupe
- Emotions générées, réactions
- Ecoute active, reformulation et questions
- Mise en situation
- Synthèse, confrontation, langage positif, prise de note
- Mises en situation : à partir des exemples évoqués par les stagiaires et de la liste du formateur

---

## 6. COMMUNIQUEZ EN SITUATION DE REUNION

- Qu'est-ce qu'une réunion ?
- Règles de base : ordre du jour, P.V.
- Observateurs et rôle
- Verbal para verbal, non verbal, distorsions-interprétations
- Attitudes, outils de communication
- Efficacité de la réunion
- Mise en situation

---

## 7. EVALUATION DU STAGE

- Synthèse et conclusion