



## Communication efficace et professionnelle

Comment communiquer sereinement, de façon efficace et professionnelle ? Comment apaiser les réactivités émotionnelles ? Comment communiquer sans juger les personnes, avec une plus grande conscience des enjeux ?

### Présentation de la formation :

A partir de sa propre expérience, chaque participant réfléchira à ce qu'est la communication et ce qu'elle n'est pas, à ce qui lui pose des difficultés, et affinera sa compréhension des mécanismes émotionnels qui constituent des freins à la communication. Différentes réponses issues des sciences cognitives et affectives seront proposées. Chacun enrichira sa propre posture professionnelle en lien avec ces connaissances.

Ensemble, nous découvrirons les différents mécanismes cérébraux qui interviennent dans les relations, tels que définis par l'Approche Neurocognitive et Comportementale. De manière ludique et conviviale, nous entraînerons ces compétences/attitudes et enrichirons nos stratégies de communication. Nous mettrons notre intelligence collective au service des besoins exprimés par les participants.

### Objectifs :

- Comprendre le modèle de l'Approche Neurocognitive et Comportementale des mécanismes cérébraux qui interagissent dans la communication.
- Identifier les différents facteurs qui font échouer la communication, les prévenir et les gérer.
- Rétablir la communication avec une personne stressée, agressive ou manipulatrice, gérer la mauvaise foi.
- Pratiquer la communication authentique et l'écoute active.
- Communiquer selon les valeurs et les antivaleurs de l'interlocuteur.
- Mobiliser les capacités d'adaptation chez soi et chez l'autre, par la communication ouvrante.

### Méthodologie :

La formation est interactive, avec une alternance entre la théorie et la pratique. Elle se base sur l'analyse et le partage de l'expérience personnelle des apprenants. L'animation les implique dans la construction de leurs savoirs et savoir-faire, notamment en mobilisant l'intelligence collective. Les participants découvrent et expérimentent des pistes, des outils et des mises en situations relatifs à la thématique abordée.

### Public :

Les enseignants et membres des équipes pédagogiques.

**Formateur(trice):** un membre de l'équipe de Learn to Be

### Renseignement :

Par téléphone : +32 (0)2 737 74 87 ou [info@learntobe.be](mailto:info@learntobe.be)  
[www.learntobe.be](http://www.learntobe.be)