

## Communiquer efficacement

---

Formateur de chez Zurich Prévention

---

La communication interpersonnelle est la base de toute relation humaine, elle est essentielle notamment pour échanger des informations et des émotions au quotidien. Connaître les différents niveaux de communication et y réfléchir peut aider à mieux se comprendre et interagir avec les autres. Une communication efficace permet de collaborer de manière optimale et de réussir à atteindre ses objectifs.

### Objectifs

- Comprendre les différents niveaux de communication
  - Savoir identifier les sources d'une mauvaise compréhension
  - Réfléchir à sa propre manière de communiquer pour mieux interagir avec les autres.
  - Apprendre à communiquer de manière efficace
- 

### Contenu

- Modèle de la communication
  - Obstacles à la communication
  - Communication au sein d'une équipe
  - Écoute et métacommunication
  - Exercices et discussion
- 

### Horaires

De 9h à 12h et de 13h à 15h

### Public-cible

Le personnel des services d'intendance, de cuisine et de blanchisserie

### Nombre

16 personnes

---

18 août 2022

Hôpital du Jura – site de Porrentruy  
Grande salle du 6<sup>e</sup> étage

25 octobre 2022

Hôpital du Jura – site de la  
Résidence la Promenade  
Salle des Bergeronnettes