

Public

Tout public

Sans prérequis
Accessible aux bénéficiaires en situation de handicap

Durée

14 heures de formation

2 journées

Financement

Coût : 1450 €HT

tarif 2020 / pers. en intra

Lieu

En entreprise ou dans nos centres :

Paris, Lyon

OBJECTIFS

Construire l'échange et remettre de l'intention pour une communication respectueuse, adaptée et efficace.

PROGRAMME

Base de communication

Mise en place de filtres spécifiques de la réalité

Modèle du monde unique

Responsabilité de la communication

Postulat de ressources

Concept du meilleur choix

Modélisation de l'excellence

Identifier ses positionnements dans la relation et comprendre son rapport à l'autre

Identifier ses freins et atouts pour développer des « Transactions » positives. Comprendre son positionnement dans les relations interpersonnelles

Se fixer des objectifs réalistes et acceptables en communication

Tests de personnalité

Communication flexible et qualitative

Se mettre sur la longueur d'onde « sensorielle » de son interlocuteur

Déterminer l'état émotionnel dans lequel se trouve l'autre et calibrer sa posture

Créer le bon « rapport » de communication

Écouter activement et finement

Reconnaître positivement vos interlocuteurs en utilisant « les signes de reconnaissance »

Détecter et sortir d'une situation de mé-communication

Préciser son niveau de communication

Fixer un cadre et un objectif d'échange

Utiliser le « langage de la précision » en posant les bonnes questions qui permettent de mieux cerner la réalité de son partenaire

Remettre de l'intention pour éviter le rapport de force : techniques d'expression pour sortir du conflit ou l'éviter



Formateur

Juliette PAIRÉ

Formatrice

J'accompagne ceux et celles qui veulent réinjecter du sens et du plaisir dans leur quotidien. Les formations que je propose visent l'acquisition de compétences et de savoir-être en communication et élégance relationnelle, essentielles à l'équilibre de chaque individu et de chaque organisation.