



## PUBLIC

Toutes personnes désirant se perfectionner dans les relations.



## TARIF

450 € / personne  
Repas non pris en charge



## DURÉE

3 jours



## PRERQUIS

Aucun prérequis



## NOMBRE DE PERSONNES

5 à 12 maximum



## Accessibilités PSH

Nous consulter pour étude de faisabilité



Attestation de formation

## PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Centrale à toute activité, la communication rythme nos vies. Pourtant il est parfois difficile de se faire comprendre et de garder toute son éloquence face à un public. Cette session de formation est conçue pour enrichir vos échanges professionnels et gagner en confiance et en efficacités lors de vos prochaines interactions.

## OBJECTIF DE LA FORMATION

Devenir un.e bon.ne communicant.e ?

- Acquérir les outils pour préparer son discours et travailler sa posture.
- Maîtriser de bonnes pratiques par la connaissance des règles de bases de la relation et la maîtrise du discours.

## NOS POINTS FORTS

Formation axée sur la transposition en situation de travail pour plus d'efficacité.

Tous nos apprentissages sont dispensés en présentiel et à distance en simultanément au besoin.

Formation Inter et Intra. Si vous optez pour des cursus en intra, nous pouvons élaborer avec vous un nouveau calendrier.

## NOS MODALITES D'EVALUATION

Pas d'examen, mais des feed-back tout au long de la formation.  
Retour d'expérience

## MÉTHODES MOBILISÉES

*Exposés théoriques, démonstrations et applications pratiques. Partage d'expérience en groupe. Bienveillance et partage sont les maîtres mots de cette formation*

*Un livret pédagogique accompagne votre stage*

## LE PROGRAMME

### LES FONDAMENTAUX DE LA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE

Connaitre l'historique de la PNL  
Comment se construit notre carte du monde  
Connaitre les présupposés de la PNL  
Comprendre les comportements

### CRÉER UNE RELATION VRAIE

Découvrir la structure de l'expérience subjective  
Maintenir un rapport de confiance  
Appréhender l'écoute active

### DÉNOUER LES CONFLITS

Apprendre à donner et recevoir les feed-back

### APPRENDRE À FIXER DES OBJECTIFS CONCRETS

Définir un objectif  
Maîtriser la technique de l'objectif en 5 points

### GÉRER SES ÉMOTIONS ET CEUX DES AUTRES

Reconnaitre son état interne et ses émotions  
Faire la différence entre associé et dissocié  
Connaitre un ancrage  
Connaitre les différentes techniques de l'ancrage

**Prochaine sessions du :**  
17 au 19 février 2023

5 au 7 mai 2023