



COMMUNICATION

Améliorer ses compétences relationnelles

« Il faudra plus d'ordina-cœurs que d'ordinateurs dans la communication de demain ». Jacques SEGULA.

OBJECTIF

A l'issue de cette formation, les participants seront capables de :

- Réguler la relation en cas de tensions.
- Mieux comprendre leur interlocuteur.
- Apprendre à s'affirmer dans la sérénité.
- Créer et entretenir des relations nourrissantes et efficaces.
- Améliorer la qualité des échanges pour mieux coopérer.

PROGRAMME

Chacun sa personnalité !

- Autodiagnostic de sa propre personnalité.
- Faire le point sur les différentes personnalités, pour mieux cerner les différences.

Appréhender les différences pour diminuer les jugements et les interprétations.

Les tensions et conflits :

- Les sources des conflits.
- La méthode DESC pour sortir du conflit.

Qu'est-ce que la communication ?

- Les biais de la communication.
- Les qualités relationnelles.
- L'écoute.
- La communication non-violente.

PUBLIC : toutes personnes amener à entretenir des relations interpersonnelles (en interne comme en externe de l'entreprise)

PREREQUIS : aucun prérequis n'est nécessaire pour cette formation.

DUREE : 2 jours, 14 heures.

Vinciane BEJA
1172, route de Sainte Olive - 01990 RELEVANT
Tel : 06 83 82 93 16 - Mail : vinciane.beja@hotmail.com
www.consulting-vinciane-beja.fr
Siret : 52410320700022 - APE : 8559B