



Maîtriser les fondamentaux de la communication interpersonnelle en entreprise

Renforcer ses capacités de communication

Cette formation offre la possibilité d'établir un bilan sur son comportement relationnel, d'en analyser les expressions et de s'enrichir d'outils pour mieux communiquer et mieux vivre ses relations professionnelles.

Pour qui ?

Toute personne souhaitant renforcer ses capacités de communication personnelles.

Objectifs

- Repérer son mode de communication,
- Comprendre et s'adapter au comportement des autres,
- Favoriser l'évolution des relations dans un objectif constructif et positif,
- Acquérir des méthodes et outils pour améliorer l'efficacité de sa communication et créer des relations conviviales.

Programme

Les clés pour une bonne communication interpersonnelle

- Diagnostiquer ses pratiques et comportements en situation de communication,
- Les lois essentielles de la communication,
- Les différents modes de communication.

Développer des modes de communication performants

- Les systèmes de représentations sensorielles,
- Adapter sa communication au comportement de son interlocuteur et au contexte.

Construire des relations positives

- Pratiquer l'écoute active et l'empathie,
- Instaurer la confiance en utilisant des signes de reconnaissance,
- Gérer les distorsions et interprétations dans la relation à autrui,
- S'exprimer efficacement en développant précision et clarté,
- Savoir se protéger psychologiquement pour pratiquer une communication sereine.

Anticiper et/ou gérer les conflits

- Identifier les mécanismes de conflits : jeux psychologiques et jeux de pouvoir,
- Sortir des situations difficiles ou conflictuelles,
- Repérer les comportements inefficaces (les siens et ceux des autres) et amorcer une dynamique de changement pour des relations saines.

Les + de cette formation

- +Autodiagnostic,
- +Utilisation de cas issus des pratiques des participants,
- +Mises en situation filmées

2 jours - 14 heures
690 € HT par participant

Nous contacter

02 53 35 51 00

info@lgpconseil.com

WWW.LGPconseil.COM