

FORMATION 2015

Améliorer sa communication avec les autres

A titre personnel ou professionnel, découvrez les bases d'une communication saine, développez une communication efficace ainsi vous saurez vous adapter à votre interlocuteur.

PROGRAMME

Les enjeux de la communication

- Définition et concept
- Prendre conscience des différents filtres
- Identifier sa carte du monde

La posture en communication

- Comment le corps s'exprime
- La distance à adopter
- Se mettre à hauteur (la synchronisation)

S'exprimer avec justesse

- Ecouter de façon active et constructive
- Identifier et utiliser les canaux sensoriels
- S'adapter à son interlocuteur

Les émotions en communication

- L'ancrage positif
- Exprimer ses émotions en communication
- Capturer et comprendre les émotions de l'interlocuteur

Nous appliquons une pédagogie interactive et innovante, mêlant théorie et pratique. Tout au long de la formation, vous intégrerez différents outils simples de communication par des phases d'apprentissage. Une attestation pourra être délivrée validant l'acquisition des compétences acquises.

Objectifs

- Connaître les concepts et principes des bases de la communication
- Appliquer des techniques simples d'écoute et de communication
- Adopter une attitude qui facilite la coopération

Public concerné

Toute personne désirant accroître ses capacités de communication.

Pré-requis

Vouloir acquérir les techniques de base en communication.

Dates

21 et 22 novembre 2015

Coût

380 euros

TVA non applicable, art. 293 B du CGI
Frais de restauration non compris.

Durée

2 jours (14 heures)

Moyens pédagogiques

salle chauffée et aérée, chaises, paper board.