

Gagner en efficacité relationnelle en améliorant sa communication

avec le modèle *Process Com*®

Durée 2 jours

Prérequis Aucun

Nombre de participants 5 à 15

Public Tous collaborateurs

Présentiel

Formation INTER 1200 € ht

Formation INTRA à partir de 2300 € ht

Référent handicap : Matthieu KERLEROUX

contact@kenvad.fr / 06 30 76 23 76



OBJECTIFS

Mieux gérer ses relations interpersonnelles

Accroître l'efficacité de sa communication dans chaque situation

Comprendre les attentes de son interlocuteur et se faire comprendre plus aisément

Adapter sa communication et son langage à l'autre, pour convaincre, mettre en action, négocier, éviter des conflits inutiles...

Mieux comprendre et gérer les comportements négatifs et de stress dans les relations interpersonnelles

PROGRAMME

1^{ère} journée : les bases d'une communication efficace

Les règles de base d'une bonne communication

Savoir écouter et comprendre les attentes de mon interlocuteur

Repérer ma propre manière d'être en relation avec lui, et repérer sa manière d'être en communication avec moi

Apprendre à utiliser le bon canal de communication et le domaine de perception d'une situation, adapté à mon interlocuteur, pour échanger efficacement avec lui

Décrypter les besoins psychologiques sous-jacents (ce qui motive mon interlocuteur : comment les détecter? Comment les satisfaire ?) pour individualiser et rendre plus efficaces mes relations

2^e journée : les comportements qui pénalisent une bonne communication

Ce qui pénalise la communication et la qualité des relations

Les comportements de stress (non satisfaction des besoins psychologiques) chez moi et chez l'autre

Les conséquences du stress sur la communication, le management, l'efficacité relationnelle