

communic' action

... bien communiquer est une urgence



Depuis le jour de notre naissance, nous avons appris à parler et à écrire. Mais l'apprentissage de la communication s'est malheureusement arrêté là !

Comment exprimer ses sentiments, comment gérer la frustration, la timidité ou la colère... ça motus ! Comment se mettre sur la bonne longueur d'onde et communiquer sur le bon canal... mystère ! Comment faire des reproches sans vexer, complimenter sans manipuler, motiver sans monnayer... c'est carrément de la science fiction !

Grâce, notamment à la Process-Communication, ce stage permet aux participants de se découvrir eux-mêmes sous l'éclairage d'un nouvel outil simple et ludique. Il leur permet d'apprendre à identifier leurs interlocuteurs et à développer pour chacun d'eux, des approches personnalisées.

PERSONNES CONCERNÉES

Ce programme s'adresse ... à tous sans exception. La dimension de cohésion d'équipe de ce stage étant très forte, choisissez-le aussi pour des équipes ou des services en mal de solidarité et de performances collectives.
Groupes : 10 participants maximum

OBJECTIFS

- ↳ "Doper" sa communication personnelle en connaissant ses points forts
- ↳ Être capable d'identifier le profil de ses interlocuteurs et de s'y adapter
- ↳ Comprendre et interagir sur les points faibles dans la communication de chacun
- ↳ Savoir s'affirmer sans agresser

DUREE

La formation dure 2 jours

LE PLUS PEDAGOGIQUE

Tests, exercices et jeux alternent dans ce stage. Un quizz et des séquences vidéo prennent le relais.

CONTENU

Les données de base de la communication

- 1ère impression
- Emetteur, récepteur
- Verbal, non verbal
- Questionner pour apprendre
- Ecouter pour comprendre
- Se taire pour s'entendre
- Pyramide de Maslow
- Les pièges de la communication
- Remarques
- Savoir dire non
- Savoir s'affirmer et soutenir ses idées
- Les moments clés
- Emettre une critique
- Recevoir une critique
- Réagir aux incivilités
- Les entretiens délicats

Notre stage
« Best-Seller »