

ATELIERS

Etre à l'aise dans ses relations**OBJECTIFS**

- Comprendre les éléments qui influencent la communication personnelle
- Mieux se connaître
- Identifier les outils et les méthodes de communication pour être plus à l'aise
- Intégrer les outils

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- Apports didactiques, échanges, travaux en sous-groupes, études de cas, simulations, tests, réflexion personnelle à partir d'éléments concrets et précis, travail personnalisé à partir des outils de communication

PUBLIC

Toute personne souhaitant acquérir les outils pratiques pour développer des compétences relationnelles et dépasser les situations délicates.

DATES :
1-2 FÉVRIER 2010

DURÉE : 2 jours

TARIF : 990 euros HT

PROGRAMME**Les principes de communication**

- L'entonnoir de la communication
- Les obstacles à la communication
- Le cadre de référence
- Les inférences
- Faits –Opinions –Sentiments
- Schéma de la communication
- L'affirmation de soi
- Les attitudes traditionnelles
- Les outils de l'assertivité
- Utiliser des canaux de communication

Le fonctionnement de la communication orale

- La communication non verbale, para verbale, verbale
- Les attitudes interpersonnelles
- Avantages de l'écoute active : comment montrer l'écoute ?

Les attitudes favorables à mieux communiquer

- La notion de parité
- Les signes de reconnaissance
- Le DESC
- Reformulation objective
- Les différents types de questions