

communiquer ... par temps calme



**Mieux se connaître,
se comprendre, s'accepter,
s'exprimer, s'affirmer...
bref mieux communiquer.**

**Avouons-le, il n'est pas
toujours facile de dire
clairement ce que l'on pense.**

**Il n'est pas évident non plus
de comprendre le style
de chacun et de s'y
adapter.**

De plus, la communication est remplie de pièges dans lesquels on tombe très facilement. Voici un stage simple et sympa qui repose les bases d'une communication agréable et efficace.

OBJECTIFS

- ▶ Comprendre les difficultés d'une communication claire et positive
- ▶ Savoir déjouer les pièges des échanges du quotidien
- ▶ "Doper" sa communication personnelle en s'appuyant sur ses points forts
- ▶ Etre capable d'identifier le profil de ses interlocuteurs et de s'y adapter
- ▶ Comprendre les mécanismes et savoir interagir sous stress

DURÉE

Ce stage dure 14 heures (2 jours)

LE PLUS PÉDAGOGIQUE

Vous allez apprendre en vous amusant avec une série de jeux, de tests, de quiz et des extraits vidéo qui vous aideront à comprendre et à mémoriser tout en y prenant du plaisir.

CONTENU

PAS FACILE D'ÊTRE CLAIR

- Tam Gram... les bases d'une communication claire et efficace
- Quelques outils simples pour identifier et déjouer les pièges de la perception, de la mémoire, de l'interprétation et de la transmission
- Et si bien communiquer c'était aussi... savoir se taire ?

PERSONNES CONCERNÉES

**Ce stage concerne
tout le monde et devrait
être fait dès l'école !**

Mais il n'est jamais trop tard pour apprendre.

Groupes : 6 à 10 participants

- Verbal et non-verbal...
"le poids des mots, le choc des photos"
- Questions et reformulation...
juste histoire d'être sûr qu'on a tout pigé

MOI QUI CROYAIS NOUS CONNAÎTRE

- Découvrir les différentes facettes de sa personnalité avec la Process Com :
 - Mon profil et celui des autres
 - Les canaux de communication
 - Les besoins psychologiques
 - Les styles de management
- S'adapter en mode dynamique
- Identifier son interlocuteur en quelques "clics"
- Parler sa langue et s'adapter pour une relation gagnant-gagnant

COMMUNIQUER MÊME QUAND C'EST DIFFICILE

- Analyser et comprendre les réactions sous stress
- Identifier les déclencheurs
- Comprendre les besoins psychologiques, les attentes et les frustrations