

2 jours pour faire évoluer sa communication

VOTRE FORMATRICE:

Formatrice certifiée, diplômée de coaching de l'Université Paris 8 depuis 2006, maître praticien en PNL (2004), formée à l'analyse transactionnelle et au Process Communication Management..

COMMUNICATION INTERPERSONNELLE:

Deux jours pour faire évoluer votre communication
Vous souhaitez améliorer vos échanges pour collaborer en confiance et renforcer votre bien-être au travail ?
Cette formation vous permet de réviser votre communication habituelle afin de créer des relations de coopération et de confiance au travail...et ailleurs !e

OBJECTIF DE LA FORMATION :

- Comprendre la logique relationnelle
- Développer une communication respectueuse de soi-même et des autres
- Découvrir son style de communication pour se sentir à sa place en toutes situations

INSCRIPTION

- Par mail, directement à coaching@christine-hoor.com
- TARIF : 590€ pour les particuliers -
Professionnels et entreprises : me contacter
- Paiement par chèque ou par virement (à préciser lors de l'inscription) Seul le paiement valide l'inscription. Les inscriptions seront validées dans l'ordre de réception des paiements, dans la limite des places disponibles pour cette formation

PROGRAMME

2 JOURS POUR FAIRE ÉVOLUER SA COMMUNICATION

- 1. Les fondamentaux de la communication**
 - Définition des bases de la communication
 - Evaluer son style habituel de communication
 - Communication et relation
 - Des croyances aux comportements
- 2. Améliorer sa communication**
 - Entendre ou écouter ?
 - Savoir être, savoir-faire et savoir dire en cohérence
 - Les leviers pour apprendre à communiquer
 - Pratiquer l'assertivité
- 3. Utiliser les émotions pour communiquer**
 - Le levier puissant des émotions
 - Les messages contraignants
 - Les positions de vie
 - Les jeux psychologiques
- 4. Communiquer en situations délicates**
 - Prévenir un échange conflictuel
 - Maîtriser un conflit
 - L'importance du choix des mots
- 5. Communiquer et évoluer**
 - Les 4 stratégies d'évolution
 - La carte n'est pas le territoire
 - Parler vrai et coopérer
 - Construire son plan personnel d'évolution

DATES ET LIEUX

DATES :

A confirmer

LIEU DE FORMATION :

A Nantes, dans un lieu chaleureux propice à la réflexion et à la convivialité.

L'adresse exacte vous sera communiquée au moment de l'inscription.

Les repas sont à votre charge