



Établir des relations efficaces

Objectifs de la formation	
<p>➤ Connaître les différents types de personnalité</p> <p>➤ Savoir adapter ses comportements en fonction de son interlocuteur afin de développer des relations harmonieuses</p> <p>➤ Être capable de communiquer efficacement afin d'éviter les malentendus et les sources de conflit et d'erreur</p>	
Public visé	Programme
Toute personne souhaitant développer son potentiel en communication	<p>Les fondamentaux de la construction de la personnalité</p> <p>L'immeuble de la personnalité</p> <p>Base</p> <p>Phases</p> <p>Changement de phase</p> <p>Faire connaissance avec soi-même</p> <p>Appréhender les types de personnalité</p> <p>Identifier son profil de personnalité</p> <p>Identifier et comprendre les profils de son entourage</p> <p>Mieux communiquer avec soi-même et avec autrui</p> <p>Découvrir les façons de percevoir le monde et s'adapter à celles de autres</p> <p>Utiliser les canaux de communication adéquats et comprendre les environnements préférentiels de ses collègues</p> <p>Gérer son stress et celui des autres</p> <p>Appréhender la notion de besoins psychologiques</p> <p>Satisfaire ses propres besoins et ceux des autres</p> <p>Déstresser avec la Process Com</p> <p>Savoir faire face aux situations tendues</p> <p>Identifier un conflit potentiel</p> <p>Trouver les mots pour désamorcer les tensions</p> <p>Dire sans agressivité</p> <p>Sortir des oppositions de principes pour aller vers un objectif commun</p>
Pré requis	
Aucun	
Nature de la formation	
Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances.	
Durée	
2 jours soit 14h.	
Sanction de la formation	
Attestation de formation	
Intervenant	Méthodes pédagogiques
Florence RUAZ	<p>Apports théoriques</p> <p>Auto diagnostic</p> <p>Jeux de rôles</p> <p>Études de cas</p>

