

Pratiquer au quotidien une communication de qualité avec la PNL

Efficacité relationnelle
Ref. PNL



Objectifs

- Développer des relations constructives avec ses interlocuteurs, quels qu'ils soient (hiérarchiques, subordonnés, clients, ...).
- Interagir aisément, malgré les différences, en se faisant mieux comprendre et en sachant écouter.
- Se mobiliser, quelle que soit la difficulté des situations rencontrées.

Pédagogie

- La pédagogie de cette formation est très interactive et créative.
- Elle alterne des apports de fond, des exercices pratiques, des simulations et un plan d'action personnalisé.
- Remise d'un dossier de stage.

Pré-requis

- Aucun

Public concerné

- Tout public.

Préparation

- 3 semaines avant le stage chaque participant reçoit une convocation avec un questionnaire à compléter et nous retourner afin d'identifier ses axes de perfectionnement



Et ensuite..., en option

Suivi en situation :

- 3 entretiens téléphoniques d'1 heure, avec le formateur, répartis sur 3 mois.
- Ou 2 heures d'entretien en face à face.

Programme

- **Mener une communication qui atteigne son but**
 - L'importance de l'objectif : comment en assurer une formulation de qualité et en faire un instrument de contrôle de l'action.
 - Clarifier le sens de sa communication, le message que je souhaite faire passer et éviter les « non-dits ».
- **Comprendre nos différences et les prendre en compte pour progresser dans ses relations**
 - Repérer les filtres qui influencent la perception des autres et des situations.
 - Réajuster son comportement aux situations et aux messages à transmettre pour que ceux-ci soient perçus sans équivoque.
- **Établir et maintenir une relation positive**
 - Savoir s'harmoniser avec mon interlocuteur (attitudes, ton de voix, ...)
 - Écouter attentivement, reformuler à bon escient.
 - Suivre l'évolution de son interlocuteur au cours de l'échange.
- **Construire des messages clairs et expliciter ceux de ses interlocuteurs**
 - S'entraîner à plus de précision dans ses échanges d'information.
 - Questionner de façon adaptée pour obtenir des informations utiles et précises
 - Transformer les expressions négatives en formulation positives.
- **Parvenir à se mettre d'accord avec ses interlocuteurs**
 - Clarifier ses critères de satisfaction et tenir compte de ceux des autres.
 - Écouter les critiques ou objections et les utiliser comme information pertinente.
- **Garder mes moyens et mobiliser ses ressources, en situations difficiles**
 - Transformer les obstacles en objectifs positifs à atteindre.
 - Dépasser les freins personnels qui limitent la communication.
 - Savoir respirer et relâcher les tensions internes pour minimiser le stress.