

OBJECTIFS

- Ajuster sa communication en fonction de ce que l'on a à exprimer, du contexte et de l'interlocuteur.
- Prendre en compte les propos et les émotions de son interlocuteur.
- Apprécier la nature de son impact personnel dans les situations de communication.

Remarque

L'approche étant très participative, elle requiert une motivation à se prêter à des exercices impliquants, verbaux et non verbaux.

Ecoute et communication – les bases

Pour rendre ses échanges confortables et bénéfiques

Vous faites le constat au quotidien des pertes de temps, de la tension, des blocages consécutifs à des lacunes de communication: mécompréhension, maladresses, déformations d'informations surviennent là où on ne les attend pas. Bien que nous baignions depuis toujours dans la communication, avons-nous déjà pris le temps d'un peu de recul sur ces questions, d'en comprendre les mécanismes ainsi que les écueils et de faire le point sur nos compétences en la matière?

Votre participation à ces deux jours de séminaire, consacrés à l'expérimentation des fondamentaux de la communication interpersonnelle, modifiera votre regard sur les aspects relationnels de votre vie professionnelle et personnelle et vous rendra beaucoup plus efficient.

Destinataires

Cadres ou collaborateurs désirant s'initier aux «secrets» de la communication interpersonnelle et acquérir les compétences nécessaires à une communication adéquate et confortable.

Méthodes

Expérimentations en groupe, exercices individuels et en sous-groupes, partage d'expériences, jeux de rôles, apports théoriques, possibilité d'utiliser la vidéo. Une large place sera laissée aux questions des participants.

Animatrice

Fabienne Brügger Kauffmann

Programme

- L'importance de la perception dans la communication interpersonnelle et autres phénomènes (représentations, première impression, effet de halo, subjectivité et objectivité, etc.).
- L'observation et l'utilisation des informations non verbales.
- L'écoute ou comment accéder au «monde» de l'interlocuteur.
- La place des émotions dans la communication.
- Le message à la première personne ou l'art et la manière de dire les choses délicates.
- Les techniques d'apaisement face à l'agressivité.
- Les jeux psychologiques ou comment éviter les communications malsaines et stériles.