

# COMMUNICATION INTERPERSONNELLE

## PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne évoluant au sein d'une équipe

## PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES



- Formation réalisée en présentiel, afin de favoriser la réflexion, la prise de recul et la mise en pratique.
- Méthodes participatives basées sur l'émergence, le questionnement et le partage d'expérience.
- Alternance de cas pratiques et de jeux de rôle. Partage d'outils accessibles à tous et utiles au quotidien.
- Supports remis aux stagiaires à l'issue de la formation
- Nos formations sont courtes, dynamiques et participatives, afin de favoriser l'engagement des stagiaires et prévenir les risques de rupture de parcours

## MODALITÉS D'ÉVALUATION



- Questionnaire préalable de positionnement
- Retour sur les cas « pratiques » et les jeux de rôle : analyse et débriefing
- Synthèse des apports
- Évaluations à chaud

## DURÉE

1 jour soit 7h

## TARIF

800 € HT / personne  
Tarif intra /sur-mesure : nous contacter

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES



## COMPÉTENCES

- Comprendre les mécanismes de la communication
- Savoir identifier les sources de conflits et leurs mécanismes
- Connaître les méthodes de résolutions de conflits

## APTITUDES

- Mettre en application des outils de communication interpersonnelle
- Dénouer les situations conflictuelles

TAUX DE SATISFACTION :  
**96%**

TAUX DE RÉUSSITE :  
**100%**

TAUX DE RETOUR  
**64%**

TAUX DE RUPTURE  
**8%**

## CONTENU DE LA FORMATION

### I - LES FONDAMENTAUX DE LA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE

Comprendre les mécanismes fondamentaux de la communication et découvrir les outils d'analyse transactionnelle

- Ajustement d'Imago et Météo
- Les états du Moi
- Le scénario de Vie
- Les accords toltagues
- Le triangle dramatique
- Les drivers

### II - ANTICIPER ET /OU RÉSOUDRE LES SITUATIONS CONFLICTUELLES

- Reconnaître les jeux psychologiques
- Identifier les sources et mécanismes du conflit avec l'Effet Spielberg et les positions de vie
- Dénouer les situations conflictuelles : la face cachée ; les lunettes
- Méthode OVNI : LA technique de CNV à adopter
- Instaurer une relation de confiance : les signes de reconnaissance et l'ajustement

**Mise en situation à partir de cas concrets, partage d'expériences et feedbacks constructifs**



Pour connaître nos modalités d'accès à la formation, contacts référents ou politique PSH, nous vous invitons à consulter notre site web : [genesisf1.com](http://genesisf1.com)