Mis à jour le 26/10/2026

LES OUTILS DE COMMUNICATION INTERPERSONNELLE

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne évoluant au sein d'une équipe

PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les mécanismes de la communication et les sources de conflits
- Mettre en oeuvre des outils de communication interpersonnelle adaptés
- Appliquer des méthodes de résolution pour désamorcer les situations conflictuelles

CONTACT

Justine DUC - Chargée de formation
justine.duc@genesisrh.fr

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Méthode d'animation participative
- Co-développement, ateliers et cas pratiques
- Accès à une plateforme e-learning avec des ressources complémentaires

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Questionnaire préalable de positionnement
- Retour sur les cas « pratiques » et les jeux de rôle
- Évaluation des acquis en fin de formation

DURÉE

1 jour soit 7h

TARIF

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

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 toltèques
- 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

Nos résultats 2026 (au 30/09/2026) : 3,8/4 de satisfaction · 100 % de retour des questionnaires · 2 % de rupture · 62 Stagiaires formés · 26,5 jours de formation

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