- Formation n° 1 -

Communiquer avec clarté et efficacité

Exemple de formation réalisée en entreprise

PROGRAMME

Formation d'**une journée**

01
Comprendre et gérer ses filtres de perception

- ✓ Comprendre comment se mettent en place nos filtres de perception
- ✓ Détailler l'impact de nos filtres sur notre communication
- ✓ Apprendre à gérer ses émotions et réactions

02
Donner un feedback constructif

- ✓ Structure et règles d'un bon feedback
- ✓ Exercice de mise en pratique

03
Adresser un message clair

- ✓ Identifier mon besoin et celui de mon interlocuteur
- ✓ Exercice des « positions de perception » pour adresser un message

BOÎTE À OUTILS

Programmation Neuro Linguistique
Analyse Transactionnelle
Ennéagramme
Hypnose Ericksonienne