



Communication Adaptative

Description :

Tout en pratiquant, apprenez de manière ludique à mieux communiquer avec vous même et avec les autres.

Objectifs :

Apaiser ses relations avec autrui.
Désarmer les conflits grâce à l'empathie et au respect.

Compétences visées :

Savoir observer
Pratiquer l'écouter active
Identifier ses sentiments
Analyser les besoins
Formuler une demande

Programme :

Définir la communication adaptative
Savoir constater et écouter
Reconnaître les sentiments
Identifier des besoins
Construire une demande
S'entraîner à la communication adaptative
Evaluation / Bilan

Les + :

- ✕ De nombreux exercices pratiques
- ✕ Développement de l'autodiagnostic

Public :

Toute personne volontaire

Pré-requis :

Parler français couramment

Durée :

1 jour

Nombre de participants :

6 à 10 personnes

Tarif :

- Par groupe au sein de votre entreprise : 1900€ ttc
- Extérieur par personne forfait déjeuners inclus : 497€ ttc