

# PROGRAMME DE FORMATION

Mise à jour du 14/03/2025

## ■ INTITULÉ DE LA FORMATION

*Connaitre et appliquer les techniques de communication  
interpersonnelle*

## ■ OBJECTIFS DE LA FORMATION

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en mesure d'appliquer les techniques de communication interpersonnelle et de comprendre son interlocuteur

## ■ PUBLIC

Tout public

## ■ PRÉREQUIS

- Français lu, écrit et parlé

## ■ CONTENU DE LA FORMATION

- Comprendre les principes fondamentaux de la CNV ( communication non violente ) : observation, sentiment, besoin, demande.
- Apprendre à écouter sans juger
- Identifier les différents systèmes sensoriels et comprendre comment ils influencent nos interactions
- Apprendre à utiliser les techniques de PNL pour gérer ses émotions et créer des ressources internes
- Comprendre les différents types de personnalités et adapter sa communication en fonction de chacun
- Apprendre à reconnaître et à s'adapter aux besoins des autres types de personnalité

# PROGRAMME DE FORMATION - SUITE

## ■ MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Dans une alternance entre apports théoriques du formateur et démarche active, les stagiaires participent à la simulation de mise en situation des différentes notions abordées lors de la formation. Tous les supports peuvent être utilisés : écrit, oral, groupe, individuel, vidéo, bande son, photos, jeu de rôle, application directe ...

## ■ MÉTHODES D'ÉVALUATION

Le stagiaire sera évalué à l'issue de chaque objectif opérationnel par une restitution écrite ou orale en fonction de l'animation souhaitée par le formateur.

Une évaluation à froid sera systématiquement proposée dans les 12 semaines suivant la formation.

## ■ COMPÉTENCES

A l'issue de la formation, l'apprenant sera capable d'appliquer les techniques de communication interpersonnelle et de comprendre son interlocuteur

## ■ DURÉE DE LA FORMATION

3 jours soit 21 h - en présentiel

## ■ NOMBRE DE PARTICIPANTS

4 à 10 personnes

## ■ TARIFS (net de taxe)

**Nous consulter**

L'Agence Learning

06.21.04.44.77

[contact@lagence-learning.com](mailto:contact@lagence-learning.com)