

Formation

Mieux se connaître pour mieux communiquer

Objectifs

- Mieux comprendre sa personnalité et celle de ses interlocuteurs
- Identifier les différents types d'échanges et leurs effets sur soi et ses interlocuteurs
- Repérer les jeux psychologiques pour les éviter ou en sortir

Public concerné

Toute personne amenée à animer des réunions, à conduire des entretiens, à prévenir ou gérer des conflits.

Nombre de participants

Dix participants au maximum.

Méthode pédagogique

Alternance entre apports théoriques et exercices sur la base de situations vécues par les participants. Interactivité. Echanges.

Les plus : utilisation de l'Analyse Transactionnelle et de la Programmation Neuro-Linguistique.

Evaluation

Fiche d'évaluation remplie par les participants à la fin de la formation.

Prérequis

Aucun.

Programme		
<ul style="list-style-type: none"> • Etablir un diagnostic de sa personnalité <ul style="list-style-type: none"> - Auto-évaluation - Points forts - Axes d'amélioration • Mieux comprendre sa personnalité <ul style="list-style-type: none"> - L'Enfant - Le Parent - L'Adulte 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier les différents types d'échanges et leurs effets sur soi et ses interlocuteurs <ul style="list-style-type: none"> - La structuration du temps - Les transactions parallèles - Les transactions croisées - Les transactions cachées • Repérer les jeux psychologiques pour les éviter ou en sortir <ul style="list-style-type: none"> - Le déroulé des jeux psychologiques - Le Triangle Dramatique : Victime, Sauveur, Persécuteur - Les jeux psychologiques les plus joués 	
<p>Durée : 1 jour Date : à déterminer 8h30-12h00 / 13h30-17h00</p>	<p>COMPETENS 91bis, rue du Général Mangin 38100 Grenoble</p>	<p>Tarif forfaitaire /jour Nous consulter</p>

COMPETENS

91 bis, rue du Général Mangin 38100 Grenoble

christophe.duherian@competens.fr Tél. : 04 38 49 13 71/ 06 08 46 53 00 www.competens.fr

SARL au capital de 22 000 €. Code NAF : 7022 Z. Siret : 42490035500027

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 84380646838 auprès du préfet de Rhône-Alpes