

## Objectifs de la formation

A l'issue de la formation vous serez capable de:

- ✓ De comprendre votre propre fonctionnement
- ✓ De décrypter les jeux psychologiques dans un groupe ou dans votre équipe
- ✓ D'éviter de vous faire manipuler dans les jeux psychologiques
- ✓ D'éviter les comportements générateurs de conflits / Risques psycho-sociaux
- ✓ D'utiliser les techniques de mimétisme et de synchronisation

## Public et prérequis

- ✓ Tous collaborateurs
- ✓ Pas de prérequis

## Moyens pédagogiques

- ✓ Diaporama, vidéos, tests, jeux, quizz, échanges, mises en situation
- ✓ Remise de fascicules

## Suivi / évaluation résultats

- ✓ Questionnaire d'évaluation à chaud
- ✓ Questionnaire d'évaluation à froid
- ✓ Evaluation des acquis: QCM, tests, études de cas, jeux de rôles
- ✓ Attestation de formation individualisée

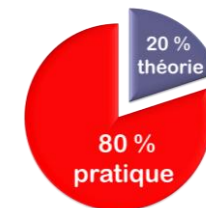
## Date et lieu

- ✓ Nous contacter

# Les fondamentaux de la communication interpersonnelle

## Programme

14h00



### 1. Comprendre les mécanismes

- L'entonnoir de la communication
- Verbal, para-verbal, non verbal
- La réciprocité des intentions

### 2. La programmation neuro linguistique

- Les canaux de la communication
- Adapter sa communication au canal de l'interlocuteur
- Mimétisme et synchronisation

### 3. L'analyse transactionnelle

- Les états du moi
- Les positions de vie
- Les transactions
- Eviter les transactions génératrices de conflits

### 4. Décrypter les jeux psychologiques

- Les 3 rôles fondamentaux
- Déjouer les jeux psychologiques dans un groupe
- Eviter les risques psycho-sociaux



[www.tremplin-performances.com](http://www.tremplin-performances.com)

Plus haut dans la compétence

[contact@tremplin-performances.com](mailto:contact@tremplin-performances.com)

525 010 161 RCS Reims Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 21 51 01524 51 auprès du préfet de Champagne Ardenne