

Objectifs de la formation

A l'issue de la formation vous serez capable :

- ✓ De comprendre et d'agir sur les risques psychosociaux liés à la communication
- ✓ De décrypter les relations dans un groupe grâce à l'analyse transactionnelle
- ✓ D'utiliser les techniques de communication issues de la programmation neuro-linguistique pour réduire les risques
- ✓ De développer le bien-être de vos proches et de vos collaborateurs

Public et prérequis

- ✓ Managers, RH et autres collaborateurs de l'entreprise
- ✓ 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



www.tremplin-performances.com

Mieux communiquer pour éviter les risques psychosociaux

14h00

Programme

1. Définir les risques psychosociaux

- Harcèlement, stress, burn out....
- Les 12 facteurs de risque
- Les facteurs liés à la communication

2. Comprendre les mécanismes de la communication

- L'entonnoir
- Verbal, para-verbal et non verbal
- La réciprocité des intentions
- Filtres et cadre de référence
- Les a priori

3. Décrypter les relations dans un groupe

- Transactions et jeux psychologiques
- Le triangle dramatique

4. Utiliser les techniques PNL

- Développer l'écoute
- Mimétisme
- Synchronisation verbale et reformulation
- Synchronisation physique
- L'ancrage
- Formuler de manière positive

5. Adapter ses pratiques managériales

- Le style de management
- La reconnaissance
- Le feedback constructif



Plus haut dans la compétence

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