



## ***MIEUX COMMUNIQUER par la PNL***

---

**PARTICIPANTS :** Toute personne dans l'entreprise souhaitant mieux maîtriser la communication

**OBJECTIFS :**

Analyser son style de communication interpersonnelle  
Décrypter le contenu des messages  
Apprendre à faire passer des messages  
Envisager un bilan de compétences afin de mieux se connaître et ainsi mieux guider sa carrière

**PROGRAMME :**

🕒 **La communication dans l'entreprise :**

- 🕒 Facilité la circulation d'information
- 🕒 Comprendre les enjeux

🕒 **La transmission d'informations dans l'entreprise**

🕒 **Le schéma de la communication**

**interpersonnelle :**

- 🕒 Emetteur - Récepteur
- 🕒 Filtres perceptifs
- 🕒 Grilles d'interprétation

🕒 **Les obstacles à une bonne communication :**

- 🕒 Les caractéristiques de l'environnement :
  - Lieu
  - Stress

- 🕒 Les caractéristiques culturelles et non verbales :

- Attitudes
- Mimiques
- Distances d'échanges

- 🕒 Les techniques d'échanges performants :

- Ecoute active
- La reformulation
- Les questionnements
- Les rétroactions et leur clarification

🕒 **La connaissance de soi et la connaissance des autres :**

- 🕒 Diagramme structural :
  - La constitution des états du moi
- 🕒 Diagramme dynamique :
  - Les interactions entre les différents états
- 🕒 Les difficultés des états du moi
  - Exclusion
  - Contamination
- 🕒 Les transactions relationnelles :
  - Complémentaires
  - Croisées
  - Cachées
- 🕒 Les positions de vies fondamentales
- 🕒 La dynamique des échanges dans l'entreprise :
  - Les jeux conscients et inconscients
  - Les sentiments parasites
  - La logique des conditionnements
- 🕒 Les mini scénarios : sois parfait, fais-moi plaisir, fais un effort, dépêche toi, sois fort

🕒 **Les différents types de scénarios communicationnels dans l'entreprise**

🕒 **Augmenter sa capacité d'échanges contractuels**

**METHODES PEDAGOGIQUES UTILISEES :**

- Pédagogie active
- Etude de cas concrets
- Apports didactiques
- Grille de positionnement
- Jeux de simulation

**DUREE**

20 heures

**PRIX**

1800 €