

## Cours : Apprendre à mieux communiquer

### Thématique: Gestion de la relation à Autrui (GRA)

Pour améliorer ses relations avec autrui, il faut savoir sortir de sa bulle!

On se souvient tous, même des années plus tard, d'une phrase, d'une remarque forte prononcée par un patron, un conjoint ou même un parent durant notre jeunesse.

La parole est ce qui nous relie aux autres. Structurante, elle peut aussi se révéler dévastatrice lorsqu'elle est utilisée à tort.

Communiquer de façon à être entendu et compris n'est donc pas inné, c'est une qualité qui se perfectionne à force de travail. Nous vous convions, au travers de ce cours, à vous faire découvrir les techniques qui vous aideront à gagner en assurance et à dialoguer avec efficacité.

Objectifs : A la fin du cours, le participant sera capable de :

- Comprendre l'importance de se sentir à l'aise en toutes circonstances
- Améliorer son sens de l'écoute
- Se préparer à annoncer une mauvaise nouvelle
- Reconnaître les outils utiles dans la gestion de conflit
- Choisir la gestuelle adaptée à son message

## Cours : Apprendre à mieux communiquer (suite)

Contenus : avec la participation **d'un comédien** de qualité

- Accueil et fixation du cadre du cours
- Brise-glace
- Se présenter et être à l'aise c'est facile ?
- Le silence est d'or (écoute)
- La bonne manière d'annoncer une mauvaise nouvelle
- Jouer les arbitres en cas de conflit
- Les points clés de la gestuelle
- Théâtre – Mise en situation et exercices pratiques par des techniques issues du théâtre / avec un comédien
- Retour et évaluation

Public et Pré-requis :

- Responsables et chefs d'entreprises, cadres sup. et manager, chef de service ayants la direction de collaborateurs
- Sans pré-requis

Durée et Lieu : 1 journée – A définir

Nombre de participants par session – dès 6 à maximum 8

Prix : CHF 495

Votre Team AskFor