

# DEVELOPPEZ VOTRE AISANCE RELATIONNELLE

2 JOURS POUR VOUS AIDER A IDENTIFIER LES OBSTACLES A LA  
COMMUNICATION ET GAGNER EN AISANCE DANS VOS RELATIONS  
INTERPERSONNELLES

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Identifier les obstacles à la communication
- Gagner en aisance dans ses relations interpersonnelles

## METHODES PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Acquisition d'outils méthodologiques
- Quizz et tests
- Echanges

PREREQUIS : Aucun

2 JOURS (14HEURES)

## POUR NOUS CONTACTER

### MFC

24, rue Morère 75014 PARIS

Tel. : 01 46 77 09 64

Mail : [bienvenue@mediationfc.fr](mailto:bienvenue@mediationfc.fr)

## POUR CONSULTEZ NOS PROGRAMMES

[www.mediationfc.fr](http://www.mediationfc.fr)

## PROFIL FORMATEUR

Consultant Expert en  
Communication et Efficacité  
Personnelle et Professionnelle

## TARIF

1200,00 € ht

## Convention de Formation

Les frais de repas sont à la charge de  
l'entreprise

## PROGRAMME

EFFIC 3.4

### Identifier les composantes d'une communication efficace

Définir la communication (langage  
verbal, non verbal, para-verbal)  
Identifier les attitudes facilitatrices

### Etre à l'aise dans son expression

Construire un message pertinent  
Choisir les mots qui portent  
Clarifier ses propos, vérifier leur  
compréhension

### Faciliter la relation à l'autre

Calibrer et synchroniser avec son  
interlocuteur  
Ecouter, questionner et reformuler

### Dénouer tensions et conflits

Analyser une situation conflictuelle  
Prendre de la distance  
Recevoir une critique de façon positive  
Gérer ses émotions

### Devenir un facilitateur relationnel

Savoir dire « oui » et « non »  
S'affirmer et respecter son interlocuteur

### Délivrance

Attestation de formation



DEVELOPPEZ VOTRE AISANCE RELATIONNELLE

Merci de retourner ce bulletin dûment complété à MEDIATION FORMATION CONSEIL

REFERENCE DE LA FORMATION .....

.....

Session du ..... au .....

Société .....

Adresse .....

Code Postal |\_|\_|\_|\_| Ville .....

Participant(e) Nom ..... Prénom .....

Profession .....

Adresse : .....

Code Postal |\_|\_|\_|\_| Ville .....

Téléphone ..... E-mail .....

Facturation

Société .....

Adresse .....

Code Postal |\_|\_|\_|\_| Ville .....

Dossier suivi par Mme Mlle M. .... Fonction .....

Autres informations utiles..... Fait à ..... Le .....



Signature