

COMMUNIQUER EFFICACEMENT GRACE AUX CHEVAUX

Objectifs :

- Développer son assertivité et son écoute
- Adapter son mode de communication dans une relation interpersonnelle
- Conscientiser et travailler son langage verbal, paraverbal et non verbal

Public : Ce programme s'adresse à toute personne ayant à s'exprimer à l'oral (présentations, réunions, rapports, entretien d'embauche, soutenance de mémoire, etc...). Elle est recommandée pour des personnes ayant des messages importants à faire passer, devant animer des groupes de travail, devant influencer et convaincre.

Prérequis : Aucun

Durée : 2 jours - 14 heures

PROGRAMME

Mettre en œuvre un mode de communication adapté aux différents profils comportementaux

- Analyser les différentes clés de compréhension de soi, les forces et les axes d'amélioration de sa communication
- Repérer les caractéristiques de chaque type de personnalité
- Recenser les besoins psychologiques de ses interlocuteurs
- Utiliser les canaux de communication adaptés à l'interaction et à l'interlocuteur
- Conduire des entretiens en tenant compte des différentes personnalités

Développer la qualité de ses relations interpersonnelles

- Adopter une attitude positive et coopérative
- Développer sa flexibilité relationnelle
- Utiliser les techniques d'écoute active, de communication et de questionnement
- Utiliser les techniques de perception des messages implicites et non verbalisés
- Accompagner son interlocuteur en zone de confort
- Utiliser les outils de compréhension du langage verbal et non verbal



Développer son influence sur les autres

- Transmettre ses messages avec conviction
- Développer une dynamique positive dans ses interactions avec les autres
- Développer la congruence entre la communication verbale et non verbale
- Utiliser les techniques d'imagerie mentale
- Convaincre avec assertivité

Gérer les situations difficiles dans les relations interpersonnelles

- Gérer ses propres émotions en situation de stress
- Détecter les premiers signes d'une situation difficile naissante
- Traiter les désaccords de façon objective et constructive
- Analyser les situations de conflits interpersonnelles
- Utiliser les techniques de prévention et de médiation

Moyens pédagogiques :

Apports théoriques

Mises en commun et debriefing

Jeux de rôle

Exercices pratiques avec les chevaux

Modalités de validation des acquis :

Attestation de stage

Evaluation de fin de formation