

Communiquer efficacement avec la PNL et l'AT

INTÉRÊTS DE CETTE FORMATION :

Cette formation donne les principaux outils de communication de la PNL et AT pour s'adapter au canal de communication de l'autre et mieux communiquer avec lui.

OBJECTIFS :

- ✓ Mieux observer le canal de communication de l'autre via la PNL et l'AT
- ✓ Savoir s'adapter au registre de l'autre
- ✓ Développer une relation de confiance avec l'autre en toute circonstance

THÈMES abordés

Points communs entre PNL et AT

Les bases de la communication
 Les distorsions, interprétations, généralisations dans sa communication
 L'écoute active et les attitudes de fausse écoute
 Les bonnes questions à poser pour avoir des réponses précises
 La reformulation ou savoir renvoyer à son interlocuteur l'essence de son discours

Les principaux outils de PNL

L'origine de la PNL, sa philosophie, son code de déontologie, ses fondements
 Repérer les canaux sensoriels (VAKOG)
 Le référentiel du vocabulaire utilisé
 L'observation des mouvements oculaires et leur interprétation
 Est-ce qu'on ment si on regarde en haut à droite ?
 Les prédicats
 Les principaux métaprogrammes de perception d'une situation

Les principes de l'Analyse Transactionnelle (AT)

L'origine de l'AT, sa philosophie, ses fondements
 Test : l'égogramme
 Les états parent – adulte – enfant
 L'impact de chaque état de moi sur la réaction de l'autre
 Savoir utiliser le bon état du moi en fonction de la situation
 Les avantages, les limites de chaque état du moi

Les transactions

Les transactions parallèles, croisées, cachées
 La notion de contaminations de l'Adulte par le Parent ou l'Enfant
 Comment sortir d'une transaction Parent-Enfant conflictuelle
 Les moyens simples pour améliorer un échange

DUREE :
2 jours

FORMULES :
Intra
Formaching

PRIX :
 Nous consulter

PUBLIC :
 Tout public

PARTICIPANTS
 De 1 à 10 pers

PEDAGOGIE
Pratique : 80%
Théorie : 20%

Nombreux exercices
 en sous groupes
 Apports
 méthodologiques

**Mise en situation à
 partir d'exemples
 concrets vécus en
 entreprise**

Conseils pratiques
 Jeux ludiques

EVALUATION
 Evaluation à chaud