

## COMMUNIQUER SANS CONFLIT

1 jour (7h)

8 stagiaires maximum

### Objectifs :

1. Communiquer sans conflit
2. Maximiser la compréhension et l'adhésion de vos interlocuteurs.
3. Etablir la confiance dans les relations professionnelles (client, interne, hiérarchique, etc.)

### Déroulé :

#### Module 1 (Demi-journée)

- Comprendre les mécanismes de perception (observation, écoute) et leurs incohérences
- Identifier les pratiques et habitudes qui bloquent la communication
- Redéfinir la communication et ses objectifs
- Prendre une posture non conflictuelle
- Observation & Ecoute Active
- Méthodes et Outils pour mieux communiquer
- ✓ Exercices et jeux de rôles

#### Module 2 (Demi-journée)

- Adapter son message pour plus de compréhension et d'adhésion
- Gérer les conflits sans créer d'opposition
- Construire la confiance & Tenir ses engagements
- Comprendre et développer le « Coaching »
- Méthodes et Outils
- ✓ Exercices et jeux de rôles

#### JULIEN BERNARD, Formateur/Coach indépendant

4 allées des PEUPLIERS  
31150, LESPINASSE  
06.75.13.81.40  
Julien.j.bernard@free.fr  
SIRET : 802 887 349 00024  
CODE APE :7022Z  
Organisme de formation : \*