



## SEMINAIRE « LES RELATIONS INTERPERSONNELLES »

« Entre ce que l'on pense, ce que l'on croit dire et ce que l'on dit,  
ce que l'on entend, ce que l'on a cru comprendre ... »

**Il y a autant de possibilités de ne pas s'entendre**

**Maîtriser les mécanismes des relations humaines est nécessaire pour optimiser ses relations professionnelles : faire passer un message, échanger des informations, exprimer ses opinions ou ses sentiments, partager ses expériences, attribuer un travail, transmettre son savoir, écouter ...**

**Cette formation propose d'acquérir des techniques pour connaître et comprendre ses comportements et ceux des autres . Elle favorise une communication appropriée.**

### **S'exprimer avec efficacité :**

- Les bases de la communication
- Différents niveaux (verbal et non verbal )
- Établir une relation constructive

### **Écouter, c'est apprendre à se taire :**

- Écouter, c'est s'intéresser aux propos de son interlocuteur et non les interpréter en fonction de son expérience personnelle
- Écouter, c'est aussi regarder, observer et surtout montrer son attention
- La linguistique : structure du langage, questionnement

### **Décoder le fonctionnement de la Personne :**

- Les techniques d'observation
- Les Etats du Moi – Les positions de vie
- Les Profils de Personnalité et leurs caractéristiques

**Être en relation, c'est communiquer et échanger  
pour s' enrichir de la différence de Chacun**

**Public concerné** : toute personne intéressée par la Communication, le Management, la Négociation, les ressorts de la Motivation, la Réussite de sa vie professionnelle.

**Techniques Pédagogiques** : Programmation Neuro- Linguistique, Analyse Transactionnelle, Approche systémique, Management relationnel et Profils de personnalité.

Exposés, exercices, fiches récapitulatives permettent une intégration efficace.

**Durée** : De 2 à 4 jours de 9h 30 à 18h

Possibilité de journées supplémentaires de pratique en groupe ou en individuel



LES PERFORMEURS

Management du Changement / Formation / Coaching - [www.lesperformeurs.com](http://www.lesperformeurs.com)