



ADAPTER SA COMMUNICATION ET EXPLORER LES POINTS DE VUE

Cette formation vise à développer une communication plus fine et adaptée en tenant compte du modèle de pensée de l'interlocuteur. Elle permet de mieux comprendre les mécanismes de perception, d'explorer différents points de vue et de prévenir les malentendus afin de favoriser des interactions plus fluides, constructives et collaboratives.

Durée : **2h à 3h**

Format : **6 à 12 participants (présentiel uniquement)**

Exemples de thèmes abordés : (comprenant apports, échanges et mises en pratique)

Le contenu est ajusté selon les enjeux de l'organisation et le profil des participants.

- Comprendre comment les perceptions et les filtres influencent la communication
- Observer les écarts d'interprétation à l'origine des incompréhensions
- Identifier les mécanismes à l'origine des tensions et désaccords
- Pratiquer l'écoute active pour comprendre avec précision les messages, besoins et intentions
- Utiliser la reformulation pour sécuriser la compréhension mutuelle
- Explorer différentes positions perceptuelles pour élargir sa lecture d'une situation
- Adapter son message en fonction du modèle de pensée de l'interlocuteur
- Élaborer des solutions gagnant-gagnant pour renforcer la collaboration
- Ancrer les apprentissages par un plan d'action personnel

Les bonus de nos ateliers VitalÔréflex

- Possibilité de sélectionner et prioriser les thématiques selon vos enjeux terrain
- Animation participative favorisant l'engagement, la prise de recul et l'intégration
- Mises en situation concrètes pour faciliter le transfert dans le travail réel
- Outils directement mobilisables pour améliorer la qualité des interactions
- Formation alignée avec les enjeux de communication et de prévention des tensions en milieu de travail
- **Formation éligible Loi du 1%**