



Communication efficace : Les clés pour des relations professionnelles et privées épanouies

Entrepreneuriat - Management

Continue

Durée

42

Tranche d'âge

18 à 25 ans

25 ans et +

Finalité

Attestation

Pratique en entreprise / Alternance

Non

Métier en pénurie / Fonction critique

Non



Découvrez notre formation spécialisée en développement relationnel pour améliorer vos relations professionnelles et personnelles.

Cette formation s'adresse à un large public et vous permettra de mieux vous connaître ainsi que de comprendre les autres pour des interactions harmonieuses et enrichissantes. Vous apprendrez à identifier vos motivations, à maîtriser vos émotions, à acquérir des compétences de communication efficaces et à gérer les conflits de manière constructive.

En pratiquant l'écoute active, l'empathie et la reformulation, vous développerez une communication assertive favorisant des échanges authentiques.

Rejoignez-nous pour transformer vos interactions et enrichir vos relations personnelles et professionnelles.

Programme

Module 1 : Se connaître et connaître les autres pour mieux fonctionner ensemble

Découvrez ce qui vous motive réellement dans votre vie professionnelle et personnelle.

Identifiez les points forts de votre personnalité et comment les vivre pleinement.

Maîtrisez la gestion des émotions dans vos relations pour des interactions plus harmonieuses.

Acquérez des compétences pour mener des conversations efficaces.

Apprenez à désamorcer les situations conflictuelles et à adopter une attitude constructive.

Explorez les grilles de personnalité et comprenez le fonctionnement des autres.

Module 2 : Communiquez avec confiance pour renforcer vos compétences relationnelles

Découvrez l'assertivité et apprenez à vous exprimer dans le respect mutuel.

Maîtrisez l'écoute active pour une compréhension profonde de vos interlocuteurs.

Explorez la différence entre "entendre" et "écouter" pour des interactions plus authentiques.

Évitez les pièges de l'écoute en développant des compétences d'écoute active.

Pratiquez les techniques d'empathie, de questionnement et de reformulation pour des échanges enrichissants.

Mettez en pratique vos nouvelles compétences à travers des mises en situation réalistes.





Libramont

Rue de la Scierie, 32 6800 Libramont

061 22 33 36

Secrétariat :

Du lundi au jeudi : de 8h à 22h

Le vendredi : de 8h à 16h30

Le samedi : de 8h à 12h

/

lux@ifapme.be

Conditions d' inscription

Par e-mail

Quentin MICHEL - 0476/70 43 00 ou quentin.michel@ifapme.be

Bon à savoir

2 formateurs dispenseront la formation :

DEDERIX Jacky ([dederix-coaching \(https://dederix-coaching.be/\)](https://dederix-coaching.be/)) : Thérapeute coach expérimenté en développement personnel il accompagne tant en individuel qu'en thérapie de groupe. Passionné par la transmission il est également formateur. Ses outils de prédilection sont l'ACT thérapie, la CNV, l'hypnose et la PNL

PIRON Claire ([clairepironcoach \(https://www.clairepironcoach.be/\)](https://www.clairepironcoach.be/)) : Depuis 2013, coach en développement personnel et en (ré)orientation professionnelle ; coach en entreprise (soft skills) ; formatrice ainsi que praticienne en hypnose ericksonienne