Communication interpersonnelle

14 h 420,00 €

Objectifs

- Prendre du recul par rapport à sa manière de communiquer ;
- Sensibiliser aux mécanismes et phénomènes de la relation interpersonnelle ;
- Rechercher les comportements et les attitudes permettant de mieux communiquer.

La communication

- Verbale,
- Non verbale,
- Objectifs,
- Obstacles,
- Liens entre perception, sensation et pensée.
- Structuration de la communication
- Choix des termes appropriés

La confiance en soi

- Croyances,
- Engagement,
- Lever les freins, les craintes, les préjugés.
- S'exprimer en situation de stress

Les compétences relationnelles

- Comportements,
- Attitudes.

Exprimer clairement son propre point de vue

- Message "Je",
- Exprimer ses sentiments,
- Écoute compréhensive empathique,
- Les situations difficiles.

Les outils pour un entretien en face à face

- Se préparer,
- Accueillir,
- Comprendre,
- Reformuler.

Conclure un entretien

- Les engagements pris de part et d'autre

- Le respect et le suivi des engagements

Informations pratiques

- **Droit d'inscription**
  420,00 €

- **Horaires**
  Liège (Sainte Beuve)
  - Du 6 février 2026 au 13 février 2026
    De 9h00 à 17h00

- **Certificat - Attestation**
  Attestation de participation

- **Aides sectorielles à la formation**
  Formation agréée Liberform *(https://www.formation-continue.be/aides-la-formation/fonds-sectoriels-de-formation)* --> formation gratuite sous certaines conditions pour les travailleurs de le CP336

liberform