

Développer ses compétences en communication interpersonnelle

Janvier 2026

Prérequis	Aucun
Objectifs	A l'issue de la formation, le stagiaire aura la capacité de : <ul style="list-style-type: none"> ✓ Acquérir la connaissance de soi et des autres ✓ Gérer la relation en individualisant sa communication
Durée	3 jours (21 heures)
Programme	Développer ses compétences en communication interpersonnelle à partir de : <ol style="list-style-type: none"> 1. La connaissance de soi et des autres : <ul style="list-style-type: none"> - Connaître sa structure de personnalité - Utiliser le Canal de Communication approprié à son interlocuteur - Repérer ses sources de motivation et les développer - Identifier les signaux précurseurs de tension ou de conflits naissants 2. Gérer la relation en individualisant sa communication : <ul style="list-style-type: none"> - Interagir avec le Canal de communication approprié à son interlocuteur - Gérer les signaux précurseurs de tension ou de conflits naissants - Gérer les comportements sous stress
Modalité et délais d'accès	Pour toute demande de formation, merci de nous contacter. Nous conviendrons ensemble d'une solution sur-mesure dans un délai co-élaboré d'un mois maximum.
Tarifs	Nous consulter
Nombre de stagiaires	Groupe de 8 personnes
Lieu	En entreprise ou Cité du numérique – 1 Allée de l'Ordre National du Mérite – 36000 Châteauroux
Contacts	Sophie Kirsch – 06.20.01.12.15 – sophie.kirsch@ceterha.fr Ou le formulaire de contact sur le site www.ceterha.fr
Méthodes mobilisées	✓ Présentiel avec alternance de modalités théoriques et pratiques
Modalités d'évaluation	✓ Réalisation du Profil PCM ✓ Orale sous forme de questions/réponses ✓ Cas pratiques
Accessibilité	Pour tout autre handicap, nous consulter au préalable pour co-construire une solution adaptée dans la mesure des ressources disponibles