



Formation Ressources Humaines - Savoir dire non à Genève, Lausanne, Nyon, Gland, Monthey, Fribourg, Bienne, Montreux, Vevey, Neuchâtel, Sion, La Chaux-de-Fonds, Aigle, Sierre, Yverdon, Bulle, Delémont et partout en Suisse Romande et France voisine.

ID : 740

But : Définir son champ d'action et faire respecter les limites ainsi posées dans le cadre d'un entretien ou d'une discussion formelle. Les apports théoriques sont tout de suite opérationnels.

Public : Tout personne souhaitent apprendre à gérer une discussion (directeurs, managers, responsables, etc.).

Prérequis : Sens basique de la communication et sensibilité à l'importance d'une bonne communication.

Objectifs :

- Introduction
- Définir clairement ce qu'est la prise de position par un Non ou par un Oui
- Découvrir ce qui empêche de prendre position et les conséquences de cette difficulté
- Reconnaître les processus de comportements familiers afin de mieux les contrer
- Analyser les conséquences de ces comportements pour soi et pour son entourage
- Savoir quand le dire
- Connaître les outils et les méthodes pour dire Non
- Savoir établir ses propres limites
- Etre une force de proposition au-delà du Non
- Prévoir des actions en cas de résistances aux limites que vous avez fixées
- Commencer dès aujourd'hui par un processus d'apprentissage
- Conclusion

Méthode pédagogique : Formation participative: toutes les personnes présentes sont sollicitées. De nombreuses mises en situation: les apprentissages se font par le biais d'exercices, de jeux ludiques et pédagogiques. 50% théorie, 50% pratique

Durée suggérée pour la formation en présentiel (jours) : 1

Durée suggérée pour la formation en distanciel (jours) : 1.2

Prix par jour en présentiel : 850 CHF

Prix par jour en distanciel : 408 CHF

Prix par jour en distanciel pour étudiants : nous [contacter](#) (uniquement si carte étudiant!)

Prix par jour en distanciel (avec enregistrement) : 4250 CHF

Les prix sont par jour et par participant sans support de cours, sans évaluation, sans certification, sans examen (test), sans salle de formation ni ordinateur (ces derniers sont chacun en option et doivent être demandés en sus dans le formulaire de contact pour l'établissement du devis).

Tags : formation communication, cours communication, savoir dire non, gérer une réunion, contrôler une discussion, piloter une discussion.

Please enable JavaScript to view the [comments powered by Disqus](#).