



# PROGRAMME FORMATIONS

Dernière mise à jour : Février 2023





## PROGRAMME 2 JOURS

Dernière mise à jour : Février 2023





# AMÉLIORER SA COMMUNICATION GRÂCE À LA COMMUNICATION SOLUTIONNELLE<sup>®</sup>

Dernière mise à jour : Décembre 2021

<b>Lieu de la formation</b> En entreprise	<b>Durée de la formation :</b> 14 heures	<b>Certification</b> oui	<b>Tarif :</b> 3000 €TTC
<b>Pré requis</b> Volonté de s'impliquer personnellement pour en tirer les meilleurs bénéfices	<b>Formateur</b> Expert en communication interpersonnelle	<b>Accessibilité</b> Tout public Manager, salariés en secteur public ou privé Accessible Handicapés Inter ou intra max 10 pers	<b>Financement :</b> Budget Formation professionnelle

La formation s'adresse à tous ceux souhaitant repenser de manière positive les relations interpersonnelles en interne comme en externe

## **Objectifs : Cette formation a pour objectifs :**

- Gagner en efficacité dans ses relations interpersonnelles
- S'affirmer avec sérénité
- Faire face aux comportements négatifs en gardant des relations harmonieuses
- Adapter sa communication solutionnelle<sup>®</sup> en toutes circonstances (désaccord, gestion de conflits, recadrage..)
- Solliciter les autres positivement
- Savoir écouter l'autre
- Développer l'expression émotionnelle et l'empathie



*Méthode créée par Arnaud BOCHURBERG, Professeur Associé à l'Université Gustave Eiffel, Coach et formateur spécialisé en psychosociologie de la communication, auteur de nombreux ouvrages. Il dirige le Centre International pour la Communication Solutionnelle® qui certifie à la méthode des formateurs dans le monde entier.*

## **Programme :**

### **1er jour :**

- ✓ Les bases de l'analyse transactionnelle
- ✓ Le développement et les difficultés de notre psychisme
- ✓ Les jeux psychologiques
- ✓ Mise en situation

### **2ème jour :**

- ✓ Les effets de la communication orientée problème
- ✓ Les principes de l'assertivité
- ✓ Les principes de bases de la Communication Solutionnelle®
- ✓ Techniques de la Communication Solutionnelle®
- ✓ Mise en situation
- ✓ Evaluation

**Une évaluation des connaissances aura lieu au moyen d'exercices en séance et d'un examen final**

**Une attestation de Formation sera délivrée en fin de stage.**

### **Les + de la formation**

- Formation originale et efficace
- Des formateurs experts certifiés et reconnus
- Une méthode simple et facilement applicable



## COMPETENCES ATTESTEES

- Repérer les positions de vie et maîtriser les techniques d'analyse transactionnelle
- Faire une demande, une critique de façon assertive
- Répondre à une demande, à une critique de façon assertive
- Maîtriser les techniques de communication solutionnelle®

## POUR PARTICIPER

- ✓ Contactez-nous au : 06 61 16 04 23
- ✓ Ou adressez-nous un mail à : [groupealard@gmail.com](mailto:groupealard@gmail.com)

## QUI SOMMES-NOUS ?



Arnaud BOCHURBERG a créé la méthode de Communication Solutionnelle®. Arnaud BOCHURBERG est directeur de société et Professeur Associé à l'Université Gustave Eiffel où il enseigne la Psychosociologie de la communication depuis plus de 25 ans. Coach et Formateur en psychologie de la performance, il est l'auteur de nombreux ouvrages dont « **S'affirmer en toute sérénité** », Ed. Souffle d'Or, 2019 et « **La communication Solutionnelle** », Ed. Yves Michel, Mai 2021

Il a créé et dirige le Centre International pour la Communication Solutionnelle® (CICS) qui certifie des formateurs en communication solutionnelle® dans le monde entier.

Il est Officier dans l'Ordre des Palmes Académiques.

**Communication Solutionnelle®** est une marque déposée du Groupe ALARD, Organisme de formation certifié Qualiopi.



## PROGRAMME 1 JOUR

Dernière mise à jour : Février 2023





# AMÉLIORER SA COMMUNICATION GRÂCE À LA COMMUNICATION SOLUTIONNELLE<sup>®</sup>

Dernière mise à jour : Février 2023

<b>Lieu de la formation</b> En entreprise	<b>Durée de la formation :</b> 7 heures	<b>Certification</b> oui	<b>Tarif :</b> 2100 €TTC
<b>Pré requis</b> Volonté de s'impliquer personnellement pour en tirer les meilleurs bénéfices	<b>Formateur</b> Expert en communication interpersonnelle	<b>Accessibilité</b> Tout public Manager, salariés en secteur public ou privé Accessible Handicapés Inter ou intra max 10 pers	<b>Financement :</b> Budget Formation professionnelle

La formation s'adresse à tous ceux souhaitant repenser de manière positive les relations interpersonnelles en interne comme en externe

## **Objectifs : Cette formation a pour objectifs :**

- Gagner en efficacité dans ses relations interpersonnelles
- S'affirmer avec sérénité
- Faire face aux comportements négatifs en gardant des relations harmonieuses
- Adapter sa communication solutionnelle<sup>®</sup> en toutes circonstances (désaccord, gestion de conflits, recadrage..)
- Solliciter les autres positivement
- Savoir écouter l'autre
- Développer l'expression émotionnelle et l'empathie



*Méthode créée par Arnaud BOCHURBERG, Professeur Associé à l'Université Gustave Eiffel, Coach et formateur spécialisé en psychosociologie de la communication, auteur de nombreux ouvrages. Il dirige le Centre International pour la Communication Solutionnelle® qui certifie à la méthode des formateurs dans le monde entier.*

## Programme :

- ✓ Les bases de l'analyse transactionnelle et de l'assertivité
- ✓ Les jeux psychologiques
- ✓ Les effets de la communication orientée problème
- ✓ Les principes de bases de la Communication Solutionnelle®
- ✓ Techniques de la Communication Solutionnelle®
- ✓ Mises en situation pour reconnaître les techniques
- ✓ Evaluation

**Une évaluation des connaissances aura lieu au moyen d'exercices en séance et d'un examen final**

**Une attestation de Formation sera délivrée en fin de stage.**

### Les + de la formation

- Formation originale et efficace
- Des formateurs experts certifiés et reconnus
- Une méthode simple et facilement applicable



Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 94 07996 94 auprès du préfet de région d'Île de France





## COMPETENCES ATTESTEES

- Repérer les positions de vie et maîtriser les techniques d'analyse transactionnelle
- Faire une demande, une critique de façon assertive
- Répondre à une demande, à une critique de façon assertive
- Maîtriser les techniques de communication solutionnelle®

## POUR PARTICIPER

- ✓ Contactez-nous au : 06 61 16 04 23
- ✓ Ou adressez-nous un mail à : [groupealard@gmail.com](mailto:groupealard@gmail.com)

## QUI SOMMES-NOUS ?



Arnaud BOCHURBERG a créé la méthode de Communication Solutionnelle®. Arnaud BOCHURBERG est directeur de société et Professeur Associé à l'Université Gustave Eiffel où il enseigne la Psychosociologie de la communication depuis plus de 25 ans. Coach et Formateur en psychologie de la performance, il est l'auteur de nombreux ouvrages dont « **S'affirmer en toute sérénité** », Ed. Souffle d'Or, 2019 et « **La communication Solutionnelle** », Ed. Yves Michel, Mai 2021

Il a créé et dirige le Centre International pour la Communication Solutionnelle® (CICS) qui certifie des formateurs en communication solutionnelle® dans le monde entier.

Il est Officier dans l'Ordre des Palmes Académiques.

**Communication Solutionnelle®** est une marque déposée du Groupe ALARD, Organisme de formation certifié Qualiopi.



# PROGRAMME DEMI-JOUR

Dernière mise à jour : Février 2023





# AMÉLIORER SA COMMUNICATION GRÂCE À LA COMMUNICATION SOLUTIONNELLE<sup>®</sup>

Dernière mise à jour : Février 2023

<b>Lieu de la formation</b> En entreprise	<b>Durée de la formation :</b> 3,5 heures	<b>Certification</b> oui	<b>Tarif :</b> 1200 €TTC
<b>Pré requis</b> Volonté de s'impliquer personnellement pour en tirer les meilleurs bénéfices	<b>Formateur</b> Expert en communication interpersonnelle	<b>Accessibilité</b> Tout public Manager, salariés en secteur public ou privé Accessible Handicapés Inter ou intra max 10 pers	<b>Financement :</b> Budget Formation professionnelle

La formation s'adresse à tous ceux souhaitant repenser de manière positive les relations interpersonnelles en interne comme en externe

## **Objectifs : Cette formation a pour objectifs :**

- Gagner en efficacité dans ses relations interpersonnelles
- S'affirmer avec sérénité
- Faire face aux comportements négatifs en gardant des relations harmonieuses
- Adapter sa communication solutionnelle<sup>®</sup> en toutes circonstances (désaccord, gestion de conflits, recadrage..)
- Solliciter les autres positivement
- Savoir écouter l'autre
- Développer l'expression émotionnelle et l'empathie



*Méthode créée par Arnaud BOCHURBERG, Professeur Associé à l'Université Gustave Eiffel, Coach et formateur spécialisé en psychosociologie de la communication, auteur de nombreux ouvrages. Il dirige le Centre International pour la Communication Solutionnelle® qui certifie à la méthode des formateurs dans le monde entier.*

## **Programme :**

- ✓ Les bases de l'analyse transactionnelle et de l'assertivité
- ✓ Les jeux psychologiques
- ✓ Les effets de la communication orientée problème
- ✓ Les principes de bases de la Communication Solutionnelle®
- ✓ Techniques de la Communication Solutionnelle®
- ✓ Evaluation simplifiée

**Une évaluation des connaissances aura lieu au moyen d'exercices en séance et d'un examen final**  
**Une attestation de Formation sera délivrée en fin de stage.**

### **Les + de la formation**

- Formation originale et efficace
- Des formateurs experts certifiés et reconnus
- Une méthode simple et facilement applicable



Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 94 07996 94 auprès du préfet de région d'Île de France



## COMPETENCES ATTESTEES

- Repérer les positions de vie et maîtriser les techniques d'analyse transactionnelle
- Faire une demande, une critique de façon assertive
- Répondre à une demande, à une critique de façon assertive
- Maîtriser les techniques de communication solutionnelle®

## POUR PARTICIPER

- ✓ Contactez-nous au : 06 61 16 04 23
- ✓ Ou adressez-nous un mail à : [groupealard@gmail.com](mailto:groupealard@gmail.com)

## QUI SOMMES-NOUS ?



Arnaud BOCHURBERG a créé la méthode de Communication Solutionnelle®. Arnaud BOCHURBERG est directeur de société et Professeur Associé à l'Université Gustave Eiffel où il enseigne la Psychosociologie de la communication depuis plus de 25 ans. Coach et Formateur en psychologie de la performance, il est l'auteur de nombreux ouvrages dont « **S'affirmer en toute sérénité** », Ed. Souffle d'Or, 2019 et « **La communication Solutionnelle** », Ed. Yves Michel, Mai 2021

Il a créé et dirige le Centre International pour la Communication Solutionnelle® (CICS) qui certifie des formateurs en communication solutionnelle® dans le monde entier.

Il est Officier dans l'Ordre des Palmes Académiques.

**Communication Solutionnelle®** est une marque déposée du Groupe ALARD, Organisme de formation certifié Qualiopi.