

Etablir la relation Gagnant-Gagnant

Objectifs - Conditions

Durée	2 jours soit 14 h
Public	10-12 personnes
Objectifs	Améliorer son positionnement dans la relation Favoriser une approche positive et constructive Apporter des outils pour le changement et l'adaptation

Programme

☞ **Clarifier les modèles mentaux**

Identifier le principe de la relation gagnant-gagnant
Déterminer son positionnement
Comprendre ses différentes influences

☞ **Relation à soi**

Identifier les signes de reconnaissance
Image de soi et dialogue intérieur
Utiliser ses limites pour évoluer

☞ **Relation à l'autre**

Traiter l'information dans la relation
Savoir déjouer les jeux relationnels
Développer ses capacités inter-relationnelles

☞ **Améliorer sa relation à la vie**

Clarifier le rapport au temps et à l'espace
Identifier les scénarios de vie
Dépasser la dualité entre vie intérieure et extérieure

☞ **Acquérir la maîtrise personnelle**

Définir les résistances aux changements
Utiliser le discours positif

☞ **Apprentissage de la réalité**

Intégrer la raison et l'intuition
Construire du sens de ses expériences
Réussir ses différents « rôles de vie »

Pédagogie

Méthodes pédagogiques : actives et apports théoriques

Outils pédagogiques : mise en situation, étude de cas, exercices, test de personnalité, jeux de communication...