

# ARGUMENTER POUR CONVAINCRE ET SUSCITER L'ADHÉSION

## Objectifs

- Savoir gérer le rapport de force dans les échanges
- Savoir utiliser l'échelle de décision pour gérer le volet émotionnel
- Connaître les caractéristiques des échanges stressants
- Savoir utiliser les techniques de préparation et d'argumentation pour convaincre et susciter l'adhésion
- Savoir prendre la bonne posture et la conserver

## Programme

### L'IMPACT DE L'ENVIRONNEMENT SUR LA CONFIANCE EN SOI ET LA PERFORMANCE

- Comprendre l'impact des interactions avec son environnement
- S'entraîner à repérer les émotions et les signes associés
- Savoir faire face à des situations difficiles et amener son interlocuteur à s'engager positivement
- **Exercices d'entraînement**
- Comprendre le mode action et comment l'activer
- Savoir gérer des frustrations - **Exercices d'entraînement**
- Savoir faire évoluer son état d'esprit pour gagner en confiance

### SAVOIR GERER UN RAPPORT DE FORCE

- Comprendre l'échelle de la décision et les réactions émotionnelles
- **Mise en situation sur l'échelle de décision appliquée**

### LES CARACTERISTIQUES DES ECHANGES STRESSANTS

- Comprendre la spécificité de la charge émotionnelle  
Adapter sa communication pour assurer une meilleure gestion des ces échanges
- **Mise en situation**
- Attitudes et effet selon les situations de communication

### LES TECHNIQUES DE PREPARATION ET D'ARGUMENTATION

- Savoir gérer les idées fixes et limitatives
- Le traitement de l'objection en 3 étapes
- **Exercice sur Sonder, s'aligner faire monter**
- La bonne posture pour maintenir un climat relationnel productif : les 4 points clés

### LES TECHNIQUES DE COMMUNICATION EN SITUATION DE PRESSION

- Gérer efficacement une personne exigeante, vindicative, pressée
- Savoir dire non
- Défendre une position sans se justifier
- **Entraînement par mises en situation**

### DÉVELOPPER SON ASSERTIVITÉ ET SA CAPACITÉ À CONVAINCRE

- Développer l'affirmation de soi et savoir exprimer son ressenti
- Savoir argumenter et présenter ses décisions
- Savoir s'affirmer et maintenir une position
- **Entraînement par jeux de rôles sur chacun des points**
- Les clés pour maintenir une relation de qualité

