



Mise à jour : 11/05/2026

## La méthode des "2L" : un outil de communication inédit

Découvrez cette méthode simple et efficace, très rapide à mettre en œuvre, pour mieux se comprendre et mieux comprendre l'autre et ses réactions, afin de faciliter les échanges.

**Durée :** 3 jours

**Organisation :** en présentiel

**Prérequis :** aucun

**Méthode pédagogique :** active, différenciée et expérientielle

**Validation des acquis :** évaluation continue

**Maximum de participants :** 10

**Tarif inter :** 1 800 € HT / stagiaire

### Programme détaillé

#### 1/ La méthode des « 2L »

- Présentation de la méthode des « 2L », de ses principes et spécificités. Quand et comment l'utiliser.
- Expérimentation de la méthode :
  - Étude des différents profils propre à la méthode. Le « T », le « R », le « I » et le « V »
  - Utiliser les profils 2L pour comprendre comment fonctionne ou dysfonctionne chaque relation
  - Apprendre à éviter les écueils et à acquérir les bons réflexes (de positionnement, de langage...)
  - S'exercer à communiquer de façon simple et efficace en toute situation.

#### 2/ Mise en pratique et intégration

- Mise en application de la méthode
- Cas pratique
- Jeux de rôles

Nombreuses mises en pratique pour être à l'aise avec la méthode dans le but de l'appliquer facilement.

### Prochaine session

20, 21 et 22 juillet 2026  
Lieu : Colomiers (31770)

*Session sur-mesure possible*

### Objectifs

- Comprendre vos modes de communication (vos réactions, vos freins, vos potentiels) en déterminant votre "profil 2L"
- Appréhender rapidement le mode de communication de vos interlocuteurs : définir leur "profil 2L"
- Être capable de prendre du recul et ne pas vous laisser envahir par les réactions (et émotions !) de l'autre
- Adapter votre communication et fluidifier vos échanges
- Optimiser vos interactions professionnelles et personnelles
- Faire diminuer votre stress
- Intégrer la méthode dans votre quotidien

[www.lesclesdelagestion.fr](http://www.lesclesdelagestion.fr)

### Renseignements et inscription

Nicolas Weckerlin  
07 68 40 08 95  
[nweckerlin@lesclesdelagestion.fr](mailto:nweckerlin@lesclesdelagestion.fr)

 les clés de la gestion  
FORMATIONS