

S'approprier les clés de la communication efficace

[Formations intra / Communication, relations et efficacité personnelle](#)

Objectifs pédagogiques

- Identifier les obstacles classiques à la communication.
- Maîtriser les principes de communication interpersonnelle en position d'émetteur et de récepteur :
 - Développer ses capacités d'écoute et d'accueil.
 - Savoir se faire entendre et comprendre du premier coup.
- S'approprier les clés de la transmission d'un message à l'oral.
- Intégrer les bonnes pratiques de la communication par mail.
- Assimiler les bases de la Communication Non Violente.
- Réagir de manière efficace aux messages des autres.

Contenu de la formation

Obstacles à la communication :

- Côté récepteur : prisme de perception et cadre de référence.
- Côté émetteur : choix des supports et contenus.

Principes de communication interpersonnelle :

- Côté récepteur : écoute active, empathie et objectivité.
- Côté émetteur : positive attitude et communication concrète.

Clés de communication orale :

- Structure des messages concrets.
- Fil conducteur et comportement de passage de consigne.

Clés de communication écrite :

- Structure et contenus des courriels efficaces.

Bases de la Communication Non Violente (CNV) :

- Principe de la CNV.
- Structure d'une demande (modèle OSBD).
- Structure d'une expression (modèle OSSC).

Modes de réaction efficace aux messages des autres :

- Reformulation.
- Question de clarification "Boomerang".

Méthodes pédagogiques

Module reposant sur une approche interactive dans laquelle le Participant prend conscience, s'approprie et met en pratique :

- Réflexion préparatoire en amont de la formation sur la base d'un Livret de Préparation.
- Autodiagnostic, tests de perception.
- Réflexions collectives en minigroupes et en binômes avec [Wooclap](#).
- Restitutions et partages d'expériences en plénière.
- Visionnages d'extraits de film, exercices d'analyse.
- Exercices pratiques avec le support d'un document de travail.
- « Entonotion » : réflexion individuelle, puis travail en binômes, puis en plénière.
- Mises en situation en plénière.
- Débriefing collectif des prestations en plénière.

Les plus de cette formation

- Module de formation intra permettant d'intégrer les spécificités de votre culture d'entreprise et de personnaliser les exercices sur des situations issues de la réalité des Participants.
- Fil conducteur progressif permettant aux Participants d'être accompagnés par un [Coach certifié](#) pour prendre conscience de leurs besoins, d'intégrer et de mettre en œuvre dès la sortie de formation des concepts concrets et opérationnels.
- 65% du temps consacré aux travaux pratiques, exercices et mises en situation qui permettent une rapide montée en puissance.

Durée de la formation

14 h sur 2 jours consécutifs.

Profil des participants et Pré-requis

Aucun pré-requis particulier pour participer à cette formation qui s'adresse à toute personne qui souhaite progresser dans sa façon de communiquer à l'oral ou à l'écrit, en position d'émetteur et de récepteur.

Évaluation des acquis

- Évaluation individuelle des Participants à l'issue de chaque exercice.
- Administration d'un Questionnaire à Réponse Unique (QRU) en de fin de formation et remise d'une attestation de stage précisant leur niveau d'acquisition.
- Remise d'un support d'évaluation à froid à compléter par les Participants et leur Responsable hiérarchique "post formation".

Équipements des participants

- Matériel de prise de note personnel.
- Smartphone avec lecteur de QR-code.
- Ordinateur portable permettant d'accéder à sa boîte mail.
- Pour le distanciel : un ordinateur équipé d'une caméra, d'un micro et une adresse mail par participant.

Supports pédagogiques

- Livret de Préparation (papier et/ou digital) adressé avant la formation.
- Apports pédagogiques vidéoprojetés.
- Document de travail (papier et/ou digital).
- Support de synthèse des apports pédagogiques (papier ou digital).

Qualités des intervenants

- Un Ingénieur Pédagogique et animateur référent, étant Consultant, Formateur, [Coach certifié](#).
- Des Consultants-Formateurs, [Coachs certifiés](#), experts en communication et gestion des relations interpersonnelles, respectant la [déontologie](#) de l'Institut.

Conditions d'intervention

Prestations sur mesure : modalités d'intervention (distanciel, présentiel, ...), tarifs, délais d'accès, [accueil des personnes en situation de handicap](#), [nous consulter](#).

 [Contactez-nous](#)