



## OSER COMMUNIQUER

100% classe virtuelle  
**Mix Learning**  
100% présentiel

**Public visé :** Tout collaborateur ayant besoin de communiquer efficacement dans le cadre de ses activités professionnelles.

**Prérequis :** Aucun prérequis n'est exigé pour suivre ce module de formation

**Accessibilité aux personnes handicapées**  
Contactez-nous pour une étude de vos besoins.

98%

DE TAUX DE  
SATISFACTION

60

ANNÉES D'EXISTENCE  
ET D'EXPÉRIENCE

450

FORMATIONS  
DISPONIBLES

### Objectifs

- Maîtriser les étapes de la communication et de la relation quel que soit son interlocuteur
- Favoriser la compréhension des mécanismes psychologiques liés à la communication
- Acquérir des modèles de processus relationnels appliqués aux situations professionnelles

### Les + de la formation

- Formation pratique s'appuyant sur les situations vécues par les participants
- Pistes opérationnelles pour oser de nouveaux comportements en matière de communication





# OSER COMMUNIQUER

## Contenu de la formation

### 1. Les principes de la communication :

- Comprendre les éléments qui organisent notre relation aux autres.
- Les spécificités de la communication en situation de travail.

### 2. Se connaître :

- L'image de soi auprès des autres.
- Reconnaître ses points forts et ses points faibles.
- Développer ses atouts de communicateur.

### 3. Oser s'exprimer :

- Qu'est-ce que la peur ?
- Créer son stock d'énergie positive.
- Transformer le négatif en positif.

### 4. Le langage, codage et décodage :

- Réception de message.
- Différencier faits, opinions et sentiments.

### 5. Le langage du corps :

- Décoder le para - verbal.
- S'exprimer par son comportement.

### 6. Structurer son propos

- Le choix du vocabulaire.
- La voix.
- Comment s'exprimer clairement.
- Le questionnement.

### 7. Les stratégies de communication en fonction des interlocuteurs :

- Mieux communiquer dans son service, avec son service, avec sa hiérarchie.
- Mieux communiquer avec les autres services.
- Mieux communiquer avec les clients et fournisseurs.





# OSER COMMUNIQUER

## Modalités, méthodes et outils pédagogiques

- S'appuyer sur les réussites de chacun pour créer la confiance collective et individuelle nécessaire au changement attendu
- La pédagogie utilisée permet aux participants d'être véritablement acteurs de leur formation
- Des trainings intensifs sont pratiqués sous la forme de mises en pratique de situations qu'ils rencontrent au quotidien
- Remise d'un support pédagogique

## Résultats attendus

Etre capable de :

- dépasser ses propres freins à la communication en mobilisant les techniques adaptées à la situation
- s'exprimer clairement et de façon assertive
- maîtriser le langage non verbal
- structurer son message pour être mieux compris

## Modalités d'évaluation

- Tour de table préalable
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation
- Test de positionnement

## Modalités de financements

Cap Emploi, Entreprise, Opérateurs de Compétences (OPCO), Particulier, Pôle Emploi

## Intervenants

- Une équipe d'intervenants experts dans le domaine de l'efficacité professionnelle.

## Modalités et délai d'accès

- Aucun prérequis n'est exigé pour suivre ce module de formation

