



**FORMATION INTRA**

**3 jours**

# Oser communiquer

**à partir de 1450 € net de taxe par jour**

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- 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

## PUBLIC VISÉ

Tout public

## PRÉ-REQUIS

Sans niveau spécifique

## AIDES AU FINANCEMENT \*\*

Cap Emploi  
Opérateurs de Compétences (OPCO)  
France Travail  
Entreprise

*\*\* sous conditions*

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

100% Présentiel  
Mix Learning

## MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Mise en situation  
Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Processus d'évaluation des acquis tout au long de la formation  
Evaluation de fin de formation individuelle par le formateur

## MODALITÉS D'ACCÈS

Demande de devis

## ACCESSIBILITÉ ET HANDICAP

Contactez-nous

Retrouvez toutes les informations sur  
**laho-formation.fr**

**N° Vert 0 805 384 384**



## PROGRAMME DE LA FORMATION

### Découpage par demi-journée :

#### 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
- Le langage codage et décodage : réception de message
- Différencier faits opinions et sentiments

#### 4. Décoder le langage du corps

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

#### 5. Structurer ses propos

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

#### 6. Appliquer 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

