



Développer sa capacité à communiquer (verbale et non verbale)

Prérequis : Cette formation ne nécessite aucun prérequis

Public visé : Toute personne souhaitant améliorer sa communication interpersonnelle



Objectif général

Reconnaître les différents types de communication verbale et non verbale, les analyser et les utiliser dans sa communication interpersonnelle



Objectifs pédagogiques

- Apprendre à s'exprimer dans un langage clair, à construire un message efficace et compréhensible
- Repérer et décoder les différentes formes du langage non verbal et les utiliser lors de la communication en face à face
- Adapter son attitude face à son interlocuteur afin de faciliter l'échange



Moyens pédagogiques et d'encadrement

- Les méthodes actives (beaucoup de mises en situation) permettant un entraînement soutenu, soit à partir de situations exposées par les participants, soit sur la base de cas proposés par l'intervenant.
- Les méthodes interrogatives (études de cas, exercices variés, questionnement...) entraînant une réflexion et une prise de recul des participants sur leurs pratiques
- Les stagiaires se posent les bonnes questions en amont grâce au questionnaire d'auto-positionnement
- Une formation très interactive où les stagiaires sont les acteurs principaux de la formation.-
- Les participants s'engagent sur un plan d'amélioration, permettant de prolonger l'action et les effets de la formation.

Formateur

Consultant RH

Inscription et délais d'accès

Inter : 7 jours avant la formation

Intra : 3 mois avant la formation

Mise à jour le 23 février 2024

Contact : Service formation

 15, rue Jurien de la Gravière, 29200 Brest

 contact.formation@by-ec.fr (modalités inscription et renseignements)

 02.98.80.40.44



FORMATION

E&C Formation 15, rue Jurien de la Gravière – Immeuble Le Stiff B – 29200 BREST
SARL au capital de 1000 € Siren 830 524 179 00017 – code APE 8559 A – N° Intracom : FR91830524179

Développer sa capacité à communiquer (verbale et non verbale)



Programme

La communication interpersonnelle

- Définition
- Relation et interaction

Les différents aspects de la communication interpersonnelle

Des mots et autre chose que des mots

Communiquer c'est d'abord écouter

- Les attitudes qui facilitent l'échange
- Les outils pour relancer, clarifier, et construire l'entretien

Quelques manières communes et involontaires de bloquer la communication

Classer les idées reçues sur la communication

Qu'est ce que la communication non verbale ?

- Définition
- "Le poids des mots"

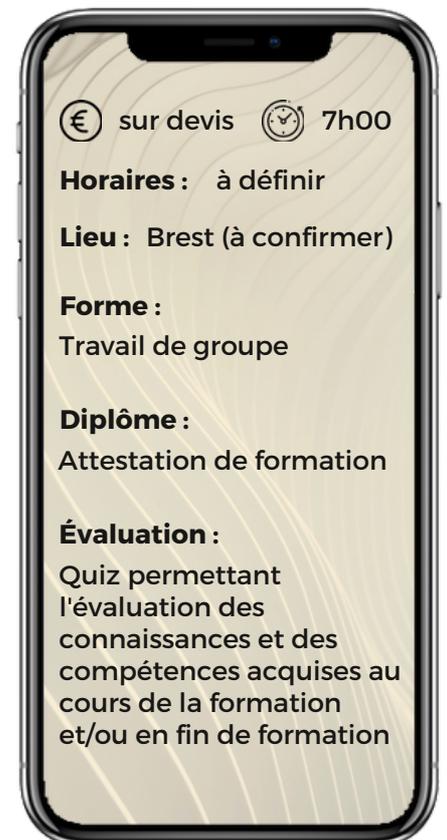
Les éléments du non verbal

Le décryptage des éléments du non verbal

- La voix
- L'apparence physique
- La posture, la gestuelle
- Le regard
- Les expressions faciales et les micro-expressions
- L'espace et la distance

La puissance du langage du corps

Infos pratiques



€ sur devis ⌚ 7h00

Horaires : à définir

Lieu : Brest (à confirmer)

Forme :
Travail de groupe

Diplôme :
Attestation de formation

Évaluation :
Quiz permettant l'évaluation des connaissances et des compétences acquises au cours de la formation et/ou en fin de formation



Si vous êtes en situation de handicap temporaire ou permanent, ou si vous souffrez d'un trouble de santé invalidant, nos conseillers sont à votre disposition pour prendre en compte vos besoins, envisager les possibilités d'aménagement spécifiques et résoudre dans la mesure du possible vos problèmes d'accessibilité.

Mise à jour le 23 février 2024

Contact : Service formation

📍 15, rue Jurien de la Gravière, 29200 Brest

✉ contact.formation@by-ec.fr (modalités inscription et renseignements)

☎ 02.98.80.40.44



FORMATION

E&C Formation 15, rue Jurien de la Gravière – Immeuble Le Stiff B – 29200 BREST
SARL au capital de 1000 € Siren 830 524 179 00017 – code APE 8559 A – N° Intracom : FR91830524179



DÉVELOPPER SA CAPACITÉ À COMMUNIQUER

(VERBALE ET NON VERBALE)

VOS PROBLÉMATIQUES

- Je ne sais pas comment faire passer un message
- Je n'arrive pas à me faire comprendre
- Ma posture livre mes émotions, mes pensées

NOS SOLUTIONS / VOS COMPÉTENCES

- Apprendre à s'exprimer dans un langage clair, à construire un message efficace et compréhensible
- Repérer et décoder les différentes formes du langage non verbal et les utiliser lors de la communication en face à face
- Adapter son attitude face à son interlocuteur afin de faciliter l'échange

VOS +

- Je sais m'adapter à la personne que j'ai en face de moi
- Mon message est clair et compris
- Je suis plus à l'aise dans ma communication avec les autres
- J'aide la personne en face de moi à communiquer, à échanger davantage