



OPTIMISER SA COMMUNICATION



DUREE

14 heures
/
2 jours



DATES

LIEUX

Contactez
nous



INTER
(min 4 pers)

INTRA
(max 12 pers)

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Identifier les différents styles de communication.
- Passer des consignes efficacement et remonter un problème à l'oral comme à l'écrit.
- Adapter sa communication en fonction de ses interlocuteurs.
- Gérer les situations de tension ou d'incompréhension.



INTER : **1250€ HT**
INTRA : contactez nous

PUBLIC

> toute personne souhaitant développer ses compétences en communication

PRE REQUIS

> Aucun prérequis technique

PROGRAMME

Jour 1 : Les fondamentaux de la communication interpersonnelle

1. Comprendre les bases de la communication
2. Identifier son profil de communicant
3. Pratiquer l'écoute active
4. S'exprimer clairement et avec impact

Jour 2 : Adapter sa communication pour mieux coopérer

5. Gérer les tensions et désaccords
6. Communiquer efficacement à l'écrit et transmettre des consignes claires
7. Coopérer efficacement dans un contexte industriel
8. Développer l'assertivité au quotidien
9. Élaborer un plan d'action personnel

METHODES PEDAGOGIQUES

- Approche Ludo pédagogique : jeux, mises en situation, mini défis.
- Ateliers de co-construction et d'échanges de pratiques.
- Apports théoriques courts et illustrés
- Utilisation d'outils concrets et transférables sur le terrain.

RESSOURCES PEDAGOGIQUES

- Supports de formation projetés
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Jeux variés
- Quizz en salle
- Tableau blanc, vidéo projecteur
- Support de formation

LE SUIVI

- Hotline avec le formateur pendant la formation
- Feuille de présence
- Attestation de fin de formation, de réalisation

LES EVALUATIONS

- Évaluation en cours de formation (quizz, tests, exercices, mise en situation)
- Evaluation à chaud
- Evaluation à froid



POSSIBLE
SUR
MESURE



POSSIBLE
EN
INDIVIDUEL



POSSIBLE
EN
DISTANCIEL