

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Découvrir les fondamentaux de la communication

Sensibiliser aux émotions et différents langages



1 JOURNÉE



1 COMÉDIEN-FORMATEUR



TOUT PUBLIC



PRÉSENTIEL, DISTANCIEL OU MIXTE



À PARTIR DE 1900 EUROS PAR SESSION



10 PARTICIPANTS MAXIMUM



AUCUN PRÉREQUIS N'EST DEMANDÉ POUR PARTICIPER À CETTE FORMATION

### MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Saynètes
- Vidéos
- Apports théoriques et pratiques
- Mises en situation
- Echanges interactifs
- Présentation Powerpoint
- Plateforme LMS

*Les moyens et supports mobilisés sont employés en fonction des besoins identifiés lors du questionnaire de positionnement.*

*Nos formateurs sont des experts de la thématique et reconnus dans le métier : consultez leur profil dans notre CVthèque accessible en ligne.*

Certification non concernée

### CONTENU DE LA FORMATION

#### AXE 1

##### Pourquoi se valoriser ?

- Apport pédagogique 1 : stress, trac et signaux, comment les comprendre et les maîtriser

#### AXE 2

##### Les leviers de communication

- Apport pédagogique 2 : le langage verbal et non verbal, l'écoute active et l'entonnoir de la communication
- Apport pédagogique 3: les filtres de notre perception, l'analyse transactionnelle
- Apport pédagogique 4 : gestion des émotions et prévention des conflits, assertivité

#### AXE 3

##### Les leviers de communication suite

- Apport pédagogique 5 : la communication non violente
- Apport pédagogique 6 : écoute, prise de lead, lâcher prise, confiance

### ACCOMPAGNEMENT POST FORMATION EN OPTION