

### Objectifs de la formation

S'entraîner aux comportements efficaces :

- . proposer un nouveau mode de communication favorisant l'expression constructive avec les interlocuteurs.
- . Faire prendre conscience des cadres de référence individuels pour faciliter les relations interpersonnelles,
- . favoriser la gestion des tensions et désamorcer les conflits.

### Objectifs pédagogiques

- . Développer sa capacité à établir une communication efficace
- Adapter cette communication à différentes situations et personnalités
- Intégrer les techniques de communication dans le travail d'équipe au quotidien

### Public concerné

Tout public d'une même structure, sans pré-requis.

### Moyens et méthodes pédagogiques

Méthode d'animation participative et positive pour mieux comprendre les mécanismes de la personnalité, des émotions, de l'authenticité, de façon à mieux être acteur de ses relations aux autres.

Résultats concrets et applicables en entreprise grâce à une **approche apprenante et analogique.**

Approche théâtrale dynamique, ludique et participative.

### Les + de cette formation

- Positive
- Très concrète et pratique
- Dynamique et participative
- Livre « Les Clefs de la Communication » option

### LE PROGRAMME et SES 3 MODULES

#### **Maîtriser les techniques permettant une communication efficace:**

Quelles sont les attitudes non verbales et verbales nécessaires à une communication positive ?

Gestuelle, postures, leader/suiveur, le regard, l'énergie, méthode DESC.

Quels sont les outils mnémotechniques pour comprendre et analyser les situations de conflits au sein des équipes?

Entraînement sur des cas concrets rencontrés par les stagiaires.

#### **Savoir s'adapter et improviser en toutes situations :**

Comment gérer un conflit en évitant de rentrer dans les jeux de victimes et de persécuteurs ?

Comment adapter sa communication à chaque situation tendue ?

La synchronisation

Comment recevoir une émotion négative et restaurer une communication ?

Entraînement à partir de jeux d'improvisation et de mise en situation.

Retour individuel et apports théoriques

#### **Comprendre les mécanismes du stress :**

Connaître les mécanismes et les leviers de la gestion du stress,

Savoir prendre du recul pour protéger son équilibre et celui de nos interlocuteurs,

Comment recevoir une émotion négative et restaurer la communication.

Comment accroître ses capacité d'écoute active et d'empathie.

Comment faire passer un message lors d'un conflit.

Références d'interventions : Adapei.s, Udaf.s, Intervenant à Meslay , + voir sur le [site](#) ou nous consulter.

### Profil du formateur



Jean-luc Rivière

L'animateur de cette formation est à la fois **comédien et formateur** en entreprise.

Ingénieur en communication, avec une expérience de plus de 15 ans pour des formations à la communication et à la gestion du stress auprès des Opco (Opco21, Uniformation principalement), pour les secteurs industriels, tertiaires, médico-sociaux et les collectivités territoriales..

Certification de formateur en entreprise  
2017

### Durée - Modalités

**Présentiel en intra-entreprise 2-à 3 jours**

- Public concerné : pas de prérequis
- Groupe de 10 à 12 participants.
- Durée : deux jours standard
- Lieu : locaux réservés par vos soins. mise à disposition d'une salle de réunion de 25m<sup>2</sup> minimum, libre de déplacements.
- Tarif : à partir de 1 400€ net exonéré de tva la journée + Frais de déplacement, Hébergement et restauration si nécessaire.
- Présence de personnes en situation de handicap : nous contacter avant inscription
- Délais de mise en œuvre : nous contacter

### Etapes du programme :

- La communication et la relation interpersonnelle : analyse des besoins vers acquisition des connaissances.
- Analyse des pratiques professionnelles vers leur amélioration.
- Evaluation et approfondissement des compétences.

### Modalités d'évaluation

\* Un tour de table réalisé en début et fin de journée permet au formateur d'évaluer la qualité de la prestation et les progrès réalisés par le participant. Chacun peut ainsi prendre conscience des connaissances et savoir-faire acquis au cours de la formation et de ses axes de progrès.  
Bilan de mi-stage collectif pour réajuster / attentes de la formation.

\* Evaluation individuelle en fin de formation. A l'issue de chaque stage le participant remplit systématiquement un **questionnaire d'évaluation** de la formation.

Cette **analyse de satisfaction** est ensuite étudiée par Arts Symbiose Formation afin de faire évoluer l'offre et les méthodes pédagogiques.

\* Un **bilan de fin de formation** avec le partenaire permet de compléter l'enquête.

\* 6 mois après la fin de formation, un **bilan « à froid »** est proposé au partenaire pour évaluer les bénéfices de la formation.

Cette formation s'inscrit dans les démarches de prévention des RPS.

### Arts Symbiose Formation

7 bd de la république - 44380 PORNICHET

07 81 45 07 02 - 06 62 48 66 80

arts.symbiose@free.fr

<https://www.artssymbioseformation.com/>

siret : 434 557 526 00044

organisme de formation n° 52440469044

Certifié Qualiopi pour ses actions de formation , cps  
RNCQ0515 rev 01 du 13/7/23 - Datadock 0002751