



## Informations

### Moyens techniques

- Exercices, jeux de rôle, mise en situation

~

### Matériel utilisé

- Film vidéo
- Vidéo projecteur
- Paper board
- Ordinateur

~

### Validation

- Questionnaire
- Remise d'une attestation de formation

~

### Public concerné

- Tous salariés d'entreprise
- Nous prévenir si participant ayant des besoins spécifiques en termes d'accessibilité handicapés

~

### Nombre de participants

- 4 à 10 salariés maximum par session

~

### Prérequis

- Aucun

~

### Nombre de participants

- 4 à 10 salariés maximum par session

~

### Modalités d'animation

- Formateur en « cycle devenir formateur en efficacité personnelle » ISFORM
- Formateur de formateur en prévention des risques professionnels PRAP 2S
- Animateur de prévention,
- Prévention des RPS,
- SDC/analyse AT
- IPRP : audit prévention des risques professionnels – TMS - RPS

~

### Durée

- 2 jours

<https://www.actifformation-prevention.com/>

V2 11/2025

## Objectifs

Améliorer ses réflexes dans la communication au quotidien

- ✓ Établir des relations de confiance et d'efficacité avec les autres
- ✓ Optimiser ses pratiques pour faire passer ses messages, être entendu(e), fédérer
- ✓ Gagner en confiance dans les échanges avec autrui

## Compétences à acquérir

- ✓ Mettre en place une relation favorisant une bonne communication
- ✓ Exprimer ses idées de façon claire et persuasive
- ✓ Communiquer dans les situations difficiles

## Préparation de la formation

- ✓ Quels sont vos objectifs par rapport à cette formation ?
- ✓ Afin de mieux connaître votre entreprise, nous transmettrons certains indicateurs de santé (la liste vous sera transmise)

## Programme

- ✓ Mettre en place une relation favorisant une bonne communication
  - Maîtriser la synchronisation verbale/non verbale
  - Développer une écoute fine et précise de l'autre, décoder son cadre de référence
  - Faire preuve d'empathie sincère
  - Décoder les mécanismes nuisibles à une bonne communication : interprétations, sélections, généralisation
- ✓ Exprimer ses idées de façon claire et persuasive
  - Gagner en confiance et en authenticité
  - Développer son charisme et son sens de la répartie
  - Clarifier ses propos, émettre une idée, une suggestion
  - Argumenter, faire passer un message, donner du relief à ses idées
  - Faire face positivement à la contradiction

## Epreuve de validation des acquis

- ✓ Questionnaire