



Durée : 1 jour/7 heures en présentiel



Effectifs : 6 personnes maximum



Public concerné : Cette formation s'adresse à toutes personnes dans l'entreprise



Suivi et Evaluation :

Feuille d'émargement à signer par demi-journée par les stagiaires et le formateur.

Document d'évaluation de satisfaction/ auto-évaluation

Certificat de réalisation, Attestation de présence



Prérequis :

Niveau de connaissance préalable requis :

Il est recommandé de maîtriser la langue française

**Tarif** : à partir de 2100 Euros HT

**Modalités et délais d'accès** : Cette formation est en présentiel.

Afin de vous inscrire à notre formation, merci de contacter au minimum 30 jours avant le début de la formation au 06 63 82 09 73 ou à l'adresse mail suivante: [commercial@evoa-formation.fr](mailto:commercial@evoa-formation.fr)

Une fois votre inscription validée, nous vous adresserons une convention de formation et une convocation vous sera envoyée par mail 7 jours avant le début de la formation.

**Accessibilité aux personnes en situation de handicap**

Notre organisme tente de donner à tous, les mêmes chances d'accéder ou de maintenir l'emploi et la formation.

Nous pouvons adapter certaines de nos modalités de formation, pour cela, nous étudierons ensemble vos besoins.

Pour toutes questions, merci de contacter Catherine DUTERTRE au 06 63 82 09 73 ou par mail à [catherine@evoa-formation.fr](mailto:catherine@evoa-formation.fr)

## Objectifs de la formation

### COMMUNIQUER ET S’AFFIRMER DANS SON RÔLE DE COORDINATION

- Identifier sa place et sa posture dans les situations professionnelles
- Diversifier et exploiter les outils de communication formels et informels
- Passer des messages sans rompre l'échange
- Adapter son comportement face aux divergences de positions et d'idées

## Contenu détaillé et séquencé de l'action

- Perception de soi : mieux se connaître pour appréhender les autres
  - Définir un cap personnel et professionnel
  - Mettre à jour ses valeurs
  - Décoder les émotions
  - Reconnaître ses forces et accepter ses limites
- 
- Perception des autres : les relations dans le triangle dramatique de Karpman
  - Sortir de son cadre de référence
  - Revisiter chaque rôle du triangle en fonction des situations
  - Identifier les résultantes et trouver des portes de sortie
- 
- Expression individuelle : exprimer son point de vue de façon recevable
  - Construire son message
  - Pratiquer un langage positif
  - Présenter son point de vue et anticiper les objections
  - Formuler un feedback de façon constructive
  - Mettre en pratique une Communication adaptée
- 
- Se protéger, s'affirmer : les comportements refuges
  - Adopter une attitude proactive
  - Brosser le stress
  - Développer l'intelligence émotionnelle

## Une pédagogie de découverte, active et collaborative

- Méthodes pédagogiques de découverte et expérientielle
- Méthode d'action et d'opérationnalité
- Accompagnement individuel
- Auto-évaluation de son comportement en communication
- Atelier d'entraînement dans les situations délicates
- Structure d'un discours délicat

## **LIEU PREVISIONNEL DE FORMATION**

L'information précise sera portée directement sur la convocation.

Le lieu est aménagé pour faciliter l'accès et l'usage aux personnes à mobilité réduite.

<https://www.capemploi-72.com>

Toute variante souhaitée doit faire l'objet d'un programme sur mesure. La qualité de la formation préalable ne saurait être garantie si le nombre de participants, la durée pédagogique effective et les moyens techniques

## Nous contacter

06.63.82.09.73 – 02.43.80.81.52  
commercial@evoa-formation.fr