

## COMMUNIQUER AVEC EFFICACITÉ

**Réf**  
RCOMCAE - BDO8

**Modalité**  
Présentiel/Distanciel

**Durée**  
1.0 jour(s) - 8.0h

**Nb stagiaires**  
8



### OBJECTIFS

- Acquérir une communication synthétique et efficace à l'oral comme à l'écrit
- Mettre en exergue l'essentiel afin de faire adhérer à son discours
- Gérer les facteurs déclencheurs de stress



### A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

#### Public

Être en situation de collaboration professionnelle et/ou en relation client interne ou externe.

#### Pré-requis

Aucun



### CONTENU

#### Les bases de la communication

- Le cadre de référence
- Le canal de communication, apprendre à adapter son langage non-verbal, utiliser les silences, le ton, le rythme
- Manier le vocabulaire avec aisance et pertinence : avoir un langage positif, précis, rassurant

#### Grille de compréhension de la communication

- Prise de conscience de son mode de fonctionnement afin de d'apprendre à s'adapter à celui des interlocuteurs
- Identification de ses besoins pour anticiper les déclencheurs de stress

#### Le pilotage de sa communication

- Identifier ses objectifs et les attendus
- Identification des instances et des canaux de communication à disposition
- Quoi dire quand, comment et à qui

SUIVI : reprendre les techniques acquises, approfondir, réguler, répondre aux questions à la suite de la mise en application sur le terrain



## PÉDAGOGIE

- Utilisation des outils issus de la PNL et du Process Com Model
- Mise en situation par des jeux de rôles, exercices de synthèse, analyse d'exemple de mails, exercices de comparaison de discours



## GESTION DES ACQUIS

### Méthodes d'évaluation

- **Évaluation pré-formative** : Une grille d'auto-positionnement est transmise aux apprenants en amont de la formation pour faire un auto-diagnostic de leurs compétences.
- **Évaluation de suivi** : Évaluation du développement des compétences via la grille d'auto-positionnement remplie à l'issue de la formation
- Évaluation à chaud de satisfaction fournie par REZO.
- **Évaluation des acquis** : Le/la formateur/trice remplit à son tour une grille de validation des acquis basée sur les compétences et connaissances acquises.
- Attestation de fin de formation REZO



## FORMATEUR ET PARTENAIRE

Notre formatrice est coach depuis plus de 10 ans, spécialisée dans l'accompagnement des équipes et des managers, en communication et gestion des relations interpersonnelles, en efficacité personnelle et équilibre de vie. Certifiée coach professionnelle Grenoble école de management, Process Com Model, AT et PNL.



## MODALITÉS

1 jour en présentiel  
+ 1h individuelle de suivi en distanciel



## ACCESSIBILITÉ



### REZO PARTAGE

3C rue Irène Joliot Curie, 38320 Eybens  
Tél. 04 76 18 06 81 – service-clients@rezo-partage.com  
SCOP SARL au capital variable (25 000€) - RCS  
Grenoble – SIRET : 809 267 339 00046



Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement afin d'étudier ensemble les solutions.



**REZO PARTAGE**

3C rue Irène Joliot Curie, 38320 Eybens  
Tél. 04 76 18 06 81 – [service-clients@rezo-partage.com](mailto:service-clients@rezo-partage.com)  
SCOP SARL au capital variable (25 000€) - RCS  
Grenoble – SIRET : 809 267 339 00046