



La Communication Verbale et Non Verbale

PUBLIC
Tout public

PRÉREQUIS
Aucun

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Plateforme e-learning dédiée : Accès à des contenus interactifs et des modules en ligne.

Découpage pédagogique : Utilisation de granules d'apprentissage pour un format micro-learning, favorisant une assimilation progressive et continue des savoirs.

Formation engageante : Mettant en avant l'essai/erreur et des modalités pédagogiques variées.

Approche individualisée : Chaque apprenant progresse à son rythme et a un accès flexible à la plateforme.

MOYENS TECHNIQUES

Au choix : ordinateur, tablette ou téléphone avec accès internet.

SATISFACTION ET ÉVALUATION

L'évaluation des compétences sera réalisée **tout au long de la formation** par le participant lui-même (auto-évaluation).

Évaluation de l'action de formation :

- A chaud, **dès la fin de la formation**, pour mesurer la satisfaction et la perception de l'évolution des compétences par rapport aux objectifs de la formation. Avec l'accord des apprenants, la note globale et les verbatims seront publiés sur le site internet d'ABP au travers d'avis/témoignages.
- A froid, **60 jours après la formation** pour valider le transfert des acquis en situation de travail.

Suivi des présences et remise d'une **attestation individuelle de formation** ou d'un certificat de réalisation.

ASSISTANCE TECHNIQUE
contact@abp-of.com

MODE
Distanciel

DURÉE
2H30

TARIF
65€ HT

Date de Sessions :

Accès à la formation 72h après la signature du devis et de la convention.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les mécanismes de base de la communication humaine
- Identifier les trois dimensions du message : verbal, non verbal et paraverbal
- Adapter sa posture, sa gestuelle et son expression à ses interlocuteurs
- Développer une écoute active et pratiquer la communication non violente
- Identifier et éviter les principaux pièges de la communication interpersonnelle
- Comprendre les enjeux de la communication écrite et numérique

PROGRAMME DE LA FORMATION

Chapitre 1 : Comprendre le schéma de la communication

- Comprendre le schéma de la communication : émetteur, récepteur, message.
- Identifier et différencier les trois dimensions du message : verbal, non verbal et paraverbal.
- Explorer les spécificités de la communication écrite et numérique : messages écrits, clarté, ton et impact à distance.

Chapitre 2 : Les freins à la communication

- Découvrir comment notre vision du monde influence notre perception et change la réalité des choses.
- Comprendre l'importance de l'apparence et du non verbal : l'habit, la posture, le regard et les gestes codés.
- Identifier les quatre grands pièges de la communication et apprendre à les éviter pour mieux interagir.

Chapitre 3 : Une communication de qualité

- Apprendre à créer une relation harmonieuse grâce à la maîtrise de la proxémie et du regard.
- Développer une écoute active et bienveillante pour comprendre réellement son interlocuteur.
- Pratiquer la communication non violente et le questionnement pour favoriser un échange authentique et constructif.

Pour en savoir plus



www.atelierdesbonnespratiques.com

Accessibilité : Formation accessible aux personnes en situation de handicap (contacter l'organisateur pour des aménagements spécifiques)