

# Comprendre la communication interpersonnelle

Thèmes : Communication

Tarifs : 350 € / personne ; 1 200 € / groupe

Durée en jours : 1 jour / Durée en heures : 7 heures / Mode formations : Présentiel / Qualiopi : Certifié

## Objectifs de la formation

Communiquer efficacement dans sa sphère professionnelle et privée

## Objectifs pédagogiques

- Connaître les principes et les pièges de la communication
- Connaître les différentes formes du langage (parlé, écrit, non-verbal, para-verbal)
- Comprendre les difficultés de transmissions d'un message
- Savoir ressentir les émotions de l'autre
- Savoir faire preuve d'empathie
- Comprendre les différentes visions de la réalité
- Comprendre le rapport entre nos valeurs et nos émotions
- Savoir faire la différence entre nos émotions et ceux de l'interlocuteur

## Principaux contenus pédagogiques

I - Les différentes formes de langages

II - Les travers du langage verbal

III - Les notions de réel et de réalité

IV - Les pièges de la communication

V-1 - La confiance en soi

V - 2 - L'estime de soi

VI - Les valeurs

VII - Les croyances et les émotions

## Méthodes pédagogiques

Méthode expositive : apports de théorie.

Méthode interrogative : chaque point abordé fait l'objet d'un questionnement.

Méthode active : exercices d'entretien de face à face et jeux sur le thème des valeurs.

## Moyens et supports remis aux stagiaires

Le déroulé de l'essentiel des notions abordées en formation

(Powerpoint, Mind Maps).

La bibliographie utilisée.

Les sites internet utiles sur le sujet.

## Modalités d'évaluation

Questionnement constant et évaluation à la fin de la demi-journée.

Évaluation et questionnaire à chaud à la fin de la journée : orale et écrite.

Évaluation à froid : questionnaire envoyé sur le terrain ou, si possible, observation directe et/ou distanciel.

## Public visé

Tout public

## Nombre de participants

8 à 12

## Pré-requis

Être praticien en travail de groupe ou individuel.

## Accessibilité

Nous vous invitons à mentionner les besoins spécifiques que vous pourriez avoir pour participer pleinement, ainsi nous en tiendrons compte dans l'organisation de la formation.

## Contact

Jean-Michel Bodelet

06 29 90 15 57

jeanmichel.bodelet@sfr.fr

---

Avant-Premières - SARL SCOP à capital variable - Coopérative d'activité et d'emploi

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53 22 08128 22 auprès du préfet de Région Bretagne, organisme de Formation référencé au Datadock.

Siège social : Bâtiment Penthièvre - Novapôle - 2 rue de la Croix Lormel, 22190 Plérin

[formations.cae22.coop](http://formations.cae22.coop)