

COMMUNIQUER POUR PERFORMER

By Compétences
& Vous





TYPE DE PUBLIC

Salariés, managers, chefs d'entreprise

DUREE

7H

PRIX

Sur devis
en intra ou inter

Prise en charge possible par votre OPCO

PREREQUIS

Aucun pré requis

ÉQUIPE PEDAGOGIQUE

Consultant formé COMPETENCES&VOUS
ayant signé l'engagement déontologique

DATES, HORAIRES ET LIEU DE LA FORMATION

A définir en fonction de la demande de
l'entreprise

INTERVENANTS

Sylvie DAL COL
Aurélie PARNASO

PROGRAMME: DYNAMISER LA COMMUNICATION INTERNE POUR MIEUX COLLABORER

OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes de la communication interpersonnelle
- Identifier les freins et leviers d'une communication claire et constructive
- Adapter sa posture relationnelle en fonction des situations et interlocuteurs

PROGRAMME

- Identifier les enjeux, les principes et les missions de la communication interne
- Comprendre les schémas de communication et les sources d'interférences
- Explorer les canaux de communication
- Identifier les jeux relationnels et adopter une posture assertive
- Mettre en pratique les outils de communication positifs et efficaces

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques
- Pédagogie active basée sur l'expérimentation, la mise en situation et l'échange
- Utilisation de différents supports collectifs et ludiques
- Alternance d'animations en plénière, sous-groupe et en individuel
- Etudes de cas, mises en situation, travaux individuels de transposition
- Plan d'actions pour retour dans la structure

ACCESSIBILITE PSH

- Nous consulter afin d'étudier la possibilité de mise en œuvre (coordonnées ci-dessous)

MODALITES DE CONTROLE D'ASSIDUITE

Feuilles d'émargement
Attestation d'assiduité

EVALUATION

- Un questionnaire de positionnement est remis au stagiaire en amont et aval du bilan
- QCM

DELAI DE CONSTITUTION DU DOSSIER

- 6 semaines pour une prise en charge par votre OPCO



ET SI VOS ÉQUIPES SE COMPRENAIENT ENFIN POUR ALLER PLUS LOIN ENSEMBLE ?

➔ Derrière chaque tension, chaque malentendu ou perte d'efficacité, il y a souvent un problème de communication.

Des messages mal interprétés, des non-dits qui s'accumulent, et une énergie qui se disperse au lieu de construire.

Cette formation est une respiration collective, un temps pour réapprendre à se comprendre, à se dire les choses et à avancer ensemble.

Votre réalité aujourd'hui:

- Des équipes qui travaillent... mais ne se comprennent plus vraiment.
- Des informations qui circulent mal ou sont mal interprétées.
- Des tensions, de la lassitude, voire des conflits latents.
- Des managers épuisés à force de “faire le tampon”.
- Une cohésion qui s’effrite malgré la bonne volonté de tous.



Ce que la formation vous apporte:

- Rétablir une communication claire, directe et respectueuse.
- Redonner du sens et de la cohérence aux échanges internes.
- Apprendre à dire les choses sans blesser, ni fuir les sujets importants.
- Comprendre les mécanismes relationnels et les leviers de motivation.
- Retrouver une équipe soudée, engagée et tournée vers l'action commune.



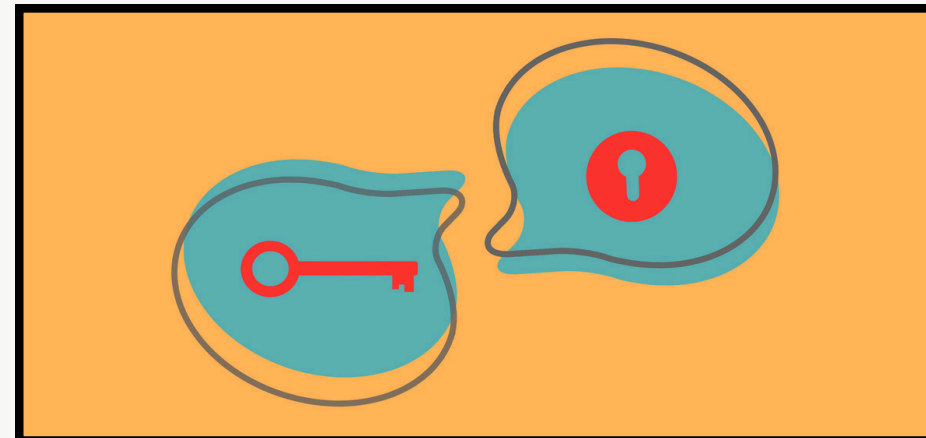
LE PROGRAMME

● **MATIN: COMPRENDRE POUR DÉSAMORCER**

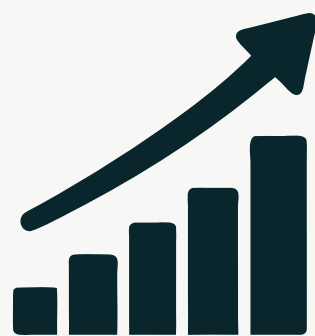
- Identifier les causes des incompréhensions et des tensions internes.
- Explorer les modes de perception et les filtres de communication.
- Prendre conscience de ses réflexes relationnels et de leur impact sur l'équipe.

● **APRÈS-MIDI: AGIR POUR TRANSFORMER**

- Renforcer la clarté et la cohérence des messages partagés.
- Adopter une communication constructive, respectueuse et efficace.
- Faire des échanges et désaccords des leviers d'amélioration continue.



RÉSULTATS



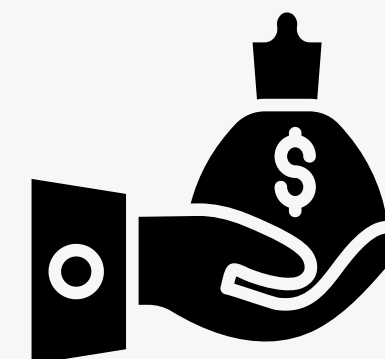
Des équipes apaisées,
plus réactives, plus
engagées — où l'on se
comprend enfin pour
avancer ensemble

OPPORTUNITÉS



Un moment fort pour
relancer la
dynamique d'équipe,
fluidifier les échanges
et redonner
confiance dans la
parole partagée.

FINANCEMENT



Finançable tout ou
partie par votre
OPCO- nous vous
accompagnons
dans vos démarches

Sylvie DAL COL

Experte en développement commercial et management, j'accompagne depuis plus de 20 ans dirigeants et équipes dans leur stratégie de croissance et leur posture de leader.



AURELIE PARNASO

Experte en management et communication, j'accompagne les équipes et les managers à mieux comprendre leur identité professionnelle et à renforcer leur posture managériale.

"Les tensions se sont apaisées, on s'écoute à nouveau."

"Des échanges plus simples, plus vrais, et une équipe qui retrouve de l'envie."

*"Je repars avec des clés concrètes et une meilleure
compréhension de mes collaborateurs."*

NOUS CONTACTER :

contact@competencesetvous.fr

Tel: 06.50.28.10.96 ou 06.10.50.52.09

www.competencesetvous.fr

