



FORMATION DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

LES FONDAMENTAUX DE LA COMMUNICATION : DÉVELOPPER SES QUALITÉS RELATIONNELLES



CONTENU ET MÉTHODES MOBILISÉES :

Premier jour :

- Définition de la communication
- La communication non verbale :
 - la gestuelle
 - le langage des yeux
- Compréhension de soi :
 - autotest
 - style de communication :
théorie des couleurs...

Deuxième jour :

- Bilan J-1
- L'écoute active
- Mises en situation
- Bilan final

OBJECTIFS :

- Acquérir des méthodes de communication
- Savoir se faire entendre et comprendre
- Développer ses compétences relationnelles
- Travailler sa communication verbale et non verbale
- Être capable d'adapter son discours en fonction de son milieu professionnel

PRATIQUE :

- **Lieu de formation :** Portalp Académie
 - **Prérequis :** savoir lire et écrire le français
 - **Durée :** 14 h
 - **Date de formation :** les 18 et 19 février 2025, les 21 et 22 mai 2025, les 22 et 23 octobre 2025, les 12 et 13 novembre 2025
 - **Coût de formation :** 810 €
 - **Nombre de participants :** 4 à 8 participants
- Pour le personnel en situation de handicap : nous contacter.*