

PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE

LA FORMATION : « Fondamentaux et pratique de la communication interpersonnelle »

Durée : 14 heures

Nombre de minimum d'inscrits : 2

Nombre de places : 7

Coordination : Patricia MORREVE – 06 24 71 06 32 – patricia@formagora.fr

Programme de formation actualisé le 24/08/2025

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Dans un environnement professionnel où les interactions sont permanentes, la qualité de la communication interpersonnelle est un facteur clé de réussite. Une bonne communication permet d'éviter les malentendus, d'améliorer la collaboration et de renforcer la cohésion d'équipe.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS DE FORMATION

À l'issue de la formation et en situation professionnelle, les participants seront capables de :

- Bien comprendre qui ils sont pour mieux travailler avec tous
- Maîtriser les compétences relationnelles fondamentales
- Instaurer une culture de communication commune, comme socle des apprentissages nécessaires à un travail collaboratif fluide.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Pendant la formation, les participants développent des capacités à :

- Connaître les différentes composantes émotionnelles dans la communication interpersonnelle
- Reconnaître les différents filtres universels pour une meilleure communication-
- Choisir les bons outils de communication pour une meilleure collaboration-
- Savoir reconnaître les différences avec autrui pour mieux communiquer

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

1ère JOURNÉE : 7 heures

INTRODUCTION DE LA FORMATION

- Objectifs de la formation – attentes des stagiaires – règles du groupe
- Tour de table de présentation des participants et des besoins (photolangage)

3 BONNES RAISONS DE MAL TRAVAILLER ENSEMBLE : Connaître ses fonctionnements personnels, reconnaître les différences avec autrui

- Le focus attentionnel
- La prise de décision préférentielle
- Le rapport au temps et à l'organisation

- Mise en pratique : 3 à 4 exercices et ateliers en sous-groupes, inspirés des travaux de Jung et du MBTI (ex : Faire un choix difficile – écrire la Une d'un journal, faire travailler harmonieusement profils créatifs et structurants dans le cadre de la mise en œuvre de plan social media ou de charte éditoriale...)

LES FILTRES UNIVERSELS DE LA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE

- Cartographie des biais de communication
- Les postures relationnelles (travaux d'Eric Berne)
- Mise en pratique :
 - Etudes de cas
 - Diagnostic et suggestion de solutions par les participants

2ème JOURNEE : 7 heures

DES OUTILS DE COMMUNICATION AU SERVICE D'UNE MEILLEURE COLLABORATION

- Reprise, évaluation et cartographie des solutions des jeux de rôle de la veille.
- Apports complémentaires sur les outils de communication interpersonnelle
 - Ecoute active
 - Formulation de feedback constructif
- Mise en pratique :
 - Travail en groupes
 - Jeux de rôle (ex : adapter son feedback dans une configuration Crieur Public de 60% junior/40% senior qui vise à développer les compétences junior vers une montée en responsabilité auprès des clients)

LA COMPOSANTE EMOTIONNELLE DANS LA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE

- Reconnaître les émotions positives et antagonistes, et les besoins / comportements associés
- Relation Cœur/corps/tête
- Intégrer le facteur émotionnel dans le feedback
- Mise en pratique :
 - Atelier de reconnaissance des émotions
 - Vidéo de conflit à commenter
- Mises en situation :
 - Pratique du feedback DESC
 - Exemple : aborder la différence générationnelle entre jeunes diplômés encore généralistes et profils expérimentés issus de la communication et du journalisme

BILAN DE LA FORMATION

- Retour sur les attentes des participants
- Bilan et conclusion de la formation

Un temps d'échanges est prévu à chaque fin de séance : questions des participants et réponses du formateur.

ÉQUIPEMENTS ET MATÉRIELS UTILISÉS

L'entité bénéficiaire mettra à disposition du formateur une salle de formation, + deux bureaux (pour les cas pratiques), un vidéo-projecteur, un paper-board ou tableau blanc.

L'entité bénéficiaire prévoit pour chaque participant un ordinateur avec une connexion internet.

Le formateur utilise des Google Slides / Powerpoint, vidéos et cas pratiques réels.

Le support de formation sera partagé à l'ensemble des participants.

PUBLIC CONCERNÉ

Tout collaborateur salarié

PRÉREQUIS

- Une connaissance des process de travail et de communication de l'entreprise

ACCESSIBILITÉ

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Notre responsable formation étudiera les adaptations possibles pouvant être mises en place pour suivre la formation.

DÉLAI D'ACCÈS

L'accès de la formation est soumis au délai d'acceptation des financeurs et du temps de traitement de la demande : de 15 jours à 2 mois selon le mode de financement.

MESURES SANITAIRES

Afin d'assurer une sécurité optimale aux participants et au formateur, l'entité bénéficiaire s'engage à respecter les mesures sanitaires mises en place dans un contexte d'endémie, d'épidémie ou de pandémie.

Si les conditions ne sont pas réunies, il sera possible de réaliser la formation en distanciel ou de la reporter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

La formation aura lieu en présentiel au sein des locaux de l'entité bénéficiaire

- **MÉTHODES :**
Le formateur utilise les méthodes expositives, interrogatives, démonstratives et actives. Il apporte des apports techniques et pratiques, couplés avec des cas pratiques afin d'intégrer au mieux les nouvelles connaissances et compétences. Aussi, les participants sont invités à participer activement aux études de cas concrets, ateliers de travail, débats et mises en situation. Les cas pratiques, issus de cas réels, sont réalisés aussi bien de façon individuelle et sous-groupe pour stimuler les échanges. Debriefing individuel et collectif

ÉVALUATIONS

Modalités d'évaluation :

- Un test d'évaluation des compétences est administré auprès des participants avant l'entrée en formation.
- Une évaluation diagnostique orale est réalisée en début de formation pour recueillir les attentes des participants et vérifier que celles-ci correspondent bien aux objectifs de la formation (permettant d'éviter les mauvaises orientations et ruptures de parcours).
- Des évaluations formatives via des questions orales seront effectuées au cours de la formation.
- En fin de formation, un quizz est réalisé afin de mesurer l'assimilation des connaissances et compétences.

Modalités d'évaluation de la formation :

- A la fin de la formation, une évaluation à chaud de la formation est réalisée par les participants.

Modalités de suivi :

- Une liste des émargements sera remise à l'entité bénéficiaire ainsi qu'un certificat de réalisation.

VALIDATION / CERTIFICATION

- A l'issue de la formation, les acquis de connaissances seront évalués au regard des objectifs de la formation (QCM, quizz, mise en situation...). Une attestation de fin de formation est remise à chaque participant.
- La formation n'est ni inscrite au RNCP, ni au RS.

RÉFÉRENCES DU FORMATEUR

Les formateurs formagora sont référencés sur la base de leurs expertises dans leur domaine d'intervention et leur capacité à partager leur expérience au travers de solutions concrètes et opérationnelles.

Pour plus de précisions sur les expertises et qualifications du formateur, merci de nous contacter.

VOS CONTACTS

Contacts utiles pour vous apporter des précisions sur les modalités techniques et pédagogiques de cette formation :

- Pour une précision technique : Emeline au 07 79 12 17 23 - emeline@formagora.fr
- Pour une précision pédagogique : Patricia au 06 24 71 06 32 - patricia@formagora.fr

INDICATEURS DE SATISFACTION ET DE PERFORMANCE POUR CE PROGRAMME

- Nombre de stagiaires formés en 2024 : 7
 - Satisfaction globale moyenne : 8,80 /10
 - Note générale de la formation : 7,86 /10
 - Note générale moyenne attribuée aux formateurs : 9,29 /10

Pour plus de précisions sur les indicateurs de ce programme, merci de nous contacter.

INDICATEURS DE SATISFACTION ET DE PERFORMANCE GLOBAUX *

- Nombre total de stagiaires formés par formagora en 2024 : 1 318
- Nombre total de formations réalisées par formagora en 2024 : 172
- Nombre d'évaluations de satisfaction reçues : 1 208 évaluations
 - Satisfaction globale moyenne : 9,57 /10
 - Note générale de la formation : 9,21 /10
 - Préparation et organisation de la formation : 9,43 /10
 - Note générale moyenne attribuée aux formateurs : 9,91 /10

* Toutes formations confondues

RÉFÉRENCEMENTS POSSIBLES

OPCO, Fonds de formation des travailleurs indépendants, France Travail, Formiris, VIVEA.
Non finançable par le CPF.