# Plan de formation

## Communication efficace : libérez votre potentiel

### Description de la formation

Optimiser votre communication dans un contexte de savoir-être en entreprise. La qualité de la communication est fondamentale à la performance d'une entreprise. Vous connaissez-vous en tant que communicateur? En misant sur l'utilisation de jeux et d'exercices d'improvisation, cette formation vise à développer la concentration, l'écoute et la confiance en soi. Cette formation opte aussi pour une approche expérientielle qui vous plonge dans l'action. Vous découvrirez vos réactions instinctives et pourrez ainsi en mesurer les impacts positifs et négatifs sur les autres. À la fin de la journée, vous concevrez votre propre plan d'action pour libérer votre potentiel de communicateur. Cette formation est offerte en collaboration avec l'École nationale de l'humour.

### Objectifs pédagogiques

1. Reconnaître vos réactions instinctives.
2. Adapter votre écoute et votre concentration afin d'être plus sensible à votre environnement.
3. Vous adapter plus facilement à l'inconnu.
4. Collaborer grâce à une confiance en vous accrue et une meilleure ouverture d'esprit.
5. Utiliser votre sens de la répartie.
6. Gérer l'anxiété liée à la prise de parole en acceptant de lâcher prise.

### Contenu

**Savoir-être et savoir-faire**
**Fausses croyances sur la communication**
**Transmission d'un message**
**Freins à la spontanéité**
**Affirmation de soi / prise de parole**
**Prendre conscience du non-verbal**
**Stratégies humoristiques de communication**
**Exemples d'exercices :**

- Réactions variées
- Logique inversée
- Un mot à la fois
- Les fresques
- Le fait divers
- L'expert en tout

### Méthodologie

- Exposé
- Travail d'équipe
- Groupe de discussion
- Jeu
- Jeu de rôle
- Simulation

Jeux et exercices d'improvisation, explications et échanges, rétroaction en groupe et individuelle

# Communication efficace : libérez votre potentiel

## Clientèle visée

Tous

## Particularité(s)

Portez des vêtements et des souliers confortables.

## Durée

1 jour(s) pour un total de 7 heure(s).

## Coût par participant en formation publique

0 $ (à déterminer)

La bonne formation au bon moment. ÉTS FORMATION est le leader universitaire en formation continue avec plus de 8000 participants et participantes formés annuellement et une offre de plus de 300 différentes formations. Nos formations sont pratiques et pragmatiques et affichent un taux de satisfaction supérieur à 90 %. Consultez notre programmation complète au http://www.etsformation.ca/