

## Communication efficace : libérez votre potentiel

### Description de la formation

---

Optimiser sa 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. Cet atelier opte pour une approche expérientielle qui plonge le participant dans l'action. Ce dernier découvrira ses réactions instinctives et pourra ainsi en mesurer les impacts positifs et négatifs sur les autres. À la fin de la journée, le participant concevra son propre plan d'action pour libérer son potentiel de communicateur.

### Objectifs pédagogiques

---

1. Reconnaître ses réactions instinctives.
2. Adapter son écoute et sa concentration afin d'être plus sensible à son environnement.
3. S'adapter plus facilement à l'inconnu.
4. Collaborer grâce à une confiance en soi accrue et une meilleure ouverture d'esprit.
5. Utiliser son 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

Fausse 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

### Particularités

---

Portez des vêtements et des souliers confortables

### À savoir lorsque cette formation est en ligne

---

Nos formations en ligne sont diffusées sous forme de classes virtuelles interactives et nous travaillons avec la plateforme Zoom.

Chaque participant.e doit avoir un ordinateur avec un bon accès à Internet ainsi qu'une caméra, un micro et des haut-parleurs afin de participer à la formation. La caméra doit être fonctionnelle et être ouverte tout au long de la formation pour faciliter les échanges avec le formateur et le volet pratique de la formation.

### Formateur(s)

---

Maryvonne Cyr

Conceptrice et comédienne depuis plus de 16 ans, Maryvonne conçoit et écrit des pièces de théâtre et des capsules vidéo sur mesure pour les organisations. Elle a évolué dans la LNI (Ligue Nationale d'Improvisation) pendant 12 saisons et elle est formatrice en improvisation depuis 11 ans maintenant. De plus, elle est coach en écriture à l'École Nationale de l'Humour depuis 2011.

### Durée

---

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

### Coût par participant en formation publique

---

547 \$

### Prochaines dates en formation publique

---

4 novembre 2022 (Montréal)

24 février 2023 (Montréal)

ÉTS FORMATION est le leader universitaire en formation continue avec plus de 7 000 participants 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/>