

# PRESENTATION

## Mes spécificités

La simplicité

Je ne vais pas vous submerger d'apports sur les différentes théories de la communication, des émotions ou de l'accomplissement personnel.

La communication est la mise en pratique de notre philosophie de vie. Elle est l'endroit de la rencontre entre ce que nous sommes – nos valeurs, nos émotions, nos qualités humaines – et le monde extérieur.

Les choses qui me semblent les plus importantes dans la vie ne sont pas les plus complexes à expliquer. Au contraire. En général, il suffit d'ouvrir une porte, puis de pratiquer pour acquérir de nouvelles aptitudes.

Je cherche en revanche :

L'efficacité : je veux faire une différence. Il y aura un avant et un après mon intervention.

La convivialité : je sais par expérience que nous allons plus loin, même bien au-delà de notre zone de confort parfois, sans jamais forcer ni brusquer qui que ce soit. Respect, confiance et empathie.

## Ma philosophie

Une approche simple et pratique.

J'ai la conviction que les changements profonds en cours dans notre monde nécessitent plus que jamais de développer nos compétences relationnelles et émotionnelles.

Ma participation à cette transition est de mettre mes savoir-faire au service des autres et de leur permettre d'accueillir ces changements avec sérénité et enthousiasme.

Je souhaite vous transmettre des outils concrets, que vous allez pouvoir vous approprier et adapter, selon qui vous êtes et vers où vous souhaitez aller.

Toutes mes formations sont adaptées très précisément aux spécificités de vos demandes et besoins.

## Mes tarifs

Je veux vivre de ma passion, celle de participer à changer le monde. Pour cela, j'ai intérêt à toucher le plus grand public possible, afin d'augmenter à la fois mon autonomie et ma liberté d'innover vers de nouveaux projets.

Voilà pourquoi j'ai décidé de ne pas appliquer à mes domaines d'intervention le précepte qui prétend que, pour être crédible dans l'excellence, il faut pratiquer des prix élitistes.

Je prends le risque de perdre ceux qui évaluent l'excellence en se fiant au seul prix.

J'espère toucher tous les autres.

# COMMUNIQUER DE MANIÈRE SAIN ET EFFICACE

---

**PUBLIC** : Manager, entrepreneur, responsable de projet, leader, ... et toute personne ou groupe souhaitant améliorer radicalement sa communication.

## OBJECTIFS

- Acquérir rapidement les bases solides d'une communication saine et efficace.
- Être en mesure d'adapter sa communication aux interlocuteurs et aux situations.
- Avoir les acquis nécessaires afin de progresser bien au-delà de la formation.

## CONTENUS

Où en sommes-nous ? – Établir l'état des lieux

- Évaluer la motivation à évoluer et la conscience qu'un changement profond est possible.
- Identifier les modes de communication majoritairement en action dans notre quotidien, ainsi que leurs conséquences.

Où voulons-nous aller ? – Comprendre et acquérir

- Enjeux et répercussions de la communication.
- Les alternatives qui existent et qui ont fait leurs preuves.
- Les principes et outils concrets pour bien communiquer et s'affirmer sainement.

Allons-y ! – Pratiquer et intégrer

- Nombreuses mises en situation afin d'intégrer l'un après l'autre les différents outils qui vont changer radicalement notre communication.
- Alternance entre retours d'expérience et approfondissements des pratiques.
- Synthèses.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Alternance entre transmission d'outils, ateliers de pratique et mises en situations.

Remise de documents de synthèse et de fiches pratiques pour consolider les acquis et continuer de progresser en autonomie.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Outils du théâtre et de l'improvisation, des jeux de rôle et du théâtre-débat.

Questionnaire d'auto-évaluation des acquis.

Récapitulatif collectif. Formateur disponible pour tout entretien individuel supplémentaire pendant la formation, et sur le long terme par mail ou par téléphone.

**NOMBRE DE PARTICIPANTS CONSEILLÉS** : 4 à 8 personnes

**DURÉE** : 2 jours

**TARIF INTRA** : 1.300 € net + défraiements