Formation
“La communication verbale et non verbale”

Formation qualifiante

Durée :
2h30

Tarif :
65.00 € HT

Formation en Distanciel

Public :

Tout public.

Prérequis :

Pas de prérequis.

Modalités et délais d'accès :

Dates définies avec l'entreprise. Délai d'accès estimé à 2 à 4 semaines après la demande, selon les disponibilités et l'organisation des sessions.

Moyens pédagogiques :

- Plateforme e-learning dédiée : accès à des contenus interactifs et des modules en ligne.
- Découpage pédagogique : utilisation de granules d’apprentissage pour un format micro-learning, favorisant une assimilation progressive et continue des savoirs.
- Formation engageante mettant en avant l’essai/erreur et des modalités pédagogiques variées.
- Approche individualisée : chaque apprenant progresse à son rythme et a un accès flexible à la plateforme.

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les mécanismes de base de la communication humaine.
- Identifier les trois dimensions du message : verbal, non verbal et paraverbal.
- Adapter sa posture, sa gestuelle et son expression à ses interlocuteurs.
- Développer une écoute active et la communication non violente.
- Éviter les principaux pièges de la communication interpersonnelle.
- Comprendre les enjeux de la communication écrite et numérique.

Programme de la formation :

Chapitre 1 : Comprendre le schéma de la communication

- Comprendre le schéma de la communication : émetteur, récepteur, message.
- Identifier et différencier les trois dimensions du message : verbal, non verbal et paraverbal.
- Explorer les spécificités de la communication écrite et numérique : messages écrits, clarté, ton et impact à distance.

Chapitre 2 : Les freins à la communication

- Découvrir comment notre vision du monde influence notre perception et change la réalité des choses.
- Comprendre l’importance de l’apparence et du non verbal : l’habit, la posture, le regard et les gestes codés.
- Identifier les quatre grands pièges de la communication et apprendre à les éviter pour mieux interagir.

Moyens techniques :

Au choix : ordinateur, tablette ou téléphone avec accès internet.

Satisfaction et évaluation :

Une évaluation finale de 30 minutes permet de valider les acquis. La formation est validée à partir de 70 % de bonnes réponses.

Évaluation de l'action de formation :

- A chaud, dès la fin de la formation, pour mesurer votre satisfaction et votre perception de l'évolution de vos compétences par rapport aux objectifs de la formation. Avec votre accord, votre note globale et vos verbatims seront publiés sur notre site au travers d'avis/témoignages.
- A froid, 180 jours après la formation pour valider le transfert de vos acquis en situation de travail.

Suivi des présences et remise d'une attestation individuelle de formation ou d'un certificat de réalisation.

Assistance technique :

contact@asf-formation.fr

Chapitre 3 : Une communication de qualité

- Apprendre à créer une relation harmonieuse grâce à la maîtrise de la proxémie et du regard.
- Développer une écoute active et bienveillante pour comprendre réellement son interlocuteur.
- Pratiquer la communication non violente et le questionnement pour favoriser un échange authentique et constructif.



Académie Savoir & Faire (GO LEARN) - 3 rue René Dupont 08090 TOURNES
Société par Action Simplifiée enregistrée au RCS de Sedan sous le numéro 930165246 - Siret 930 165 246 00016
CODE NAF : 8559A - NDA : 44 08 00740 08 – Certification QUALIOPI : N° 24FOR02265.1
N° habilitation SST : H36022/2025/SST-1/O/09 – N° habilitation Prap-2S : H38106/2026/Prap-2S-1/O/09
Tél 03 24 29 91 16 – contact@asf-formation.fr – www.asf-formation.fr