AT-04. Communiquer efficacement et donner du feedback

Des messages clairs, moins de malentendus et des retours qui font progresser.

Durée 3 h
présentiel ou distanciel

Participants
6 max

Tarif
à partir de 300 € HT

Prochaine session
sur demande

Objectifs pédagogiques

- Identifier les principaux obstacles à l'origine des malentendus
- Structurer un message clair, cohérent avec son non-verbal
- Formuler et recevoir un feedback constructif

Public

Salariés et managers souhaitant gagner en clarté dans ses échanges professionnels au quotidien.

Prérequis

Aucun

Programme de formation

1. Pourquoi on ne se comprend pas

- Les obstacles courants : implicites, interprétations et messages flous
- Les conséquences sur les relations et le travail

2. Se faire comprendre

- Structurer un message clair : aller à l'essentiel, être concret et formuler une demande précise
- Adapter sa communication verbale et non verbale : regard, voix, posture
- Vérifier la compréhension de son interlocuteur

3. Donner et recevoir un feedback

- Valoriser une réussite de façon précise
- Formuler un axe de progrès à partir de faits observables et de leur impact
- Recevoir un feedback : écouter, clarifier et en tirer parti

4. Élaboration d'un plan d'action personnel

Moyens et modalités pédagogiques

Cette formation s'appuie sur le questionnement et le partage d'expériences pour analyser ses pratiques, prendre du recul et enrichir sa réflexion.
Les apports théoriques sont complétés par des études de cas et des mises en situation.
La formatrice adapte son animation au rythme et aux situations des participants, pour favoriser l'expérimentation et l'appropriation durable des compétences.

Ressources remises

À l'issue de la formation, chaque participant reçoit :

- le support pédagogique
- des fiches pratiques regroupant les principaux outils et méthodes abordés
- son plan d'action personnalisé pour faciliter la mise en œuvre des acquis en situation professionnelle
- une attestation de fin de formation.

Évaluation des acquis

Les acquis sont évalués tout au long de la formation à l'aide d'exercices, de mises en situation, d'études de cas et d'auto-évaluations, permettant de mesurer progressivement l'acquisition des compétences visées.

Évaluation de la satisfaction

La satisfaction des participants est recueillie à l'issue de la formation au moyen d'un questionnaire dédié.

Accompagnement post-formation

Inclus : pendant 2 mois, suivi personnalisé auprès de la formatrice par e-mail. Les participants bénéficient de retours personnalisés et de conseils adaptés aux situations rencontrées.

Option Coaching

2 séances individuelles d'1 heure par téléphone ou en visio
Tarif : 260 € HT

Modalités et délais d'accès

L'inscription se fait sur demande, après un échange visant à valider les besoins du participant et l'adéquation de la formation.
L'accès est soumis aux places disponibles, avec un délai généralement de 15 jours après validation, ajustable selon les contraintes du client et le calendrier des sessions.

Accessibilité

Les personnes en situation de handicap sont invitées à nous contacter afin d'étudier les modalités d'adaptation de la formation à leurs besoins.

Profil de la formatrice

Formation animée par une coach professionnelle spécialisée dans le développement des compétences relationnelles, managériales et comportementales; forte d'environ 20 ans d'expérience en entreprise, en contexte multisectoriel.

Contact :

Adriane Jeanjean
06.95.12.85.54
contact@impuls-pro.fr
www.impuls-pro.fr