



PROGRAMME DE FORMATION

Communiquer positivement et efficacement avec les autres

- 1 jour

Public concerné	Toute personne étant appelée à avoir des relations professionnelles avec d'autres personnes, aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur de l'entreprise.
Prérequis	Lire le document « Communiquer positivement et efficacement avec les autres »
Effectif	Minimum : 6 personnes / Maximum : 8 personnes
Durée	1 journée - 7 heures / 9h00 - 13h et 14h - 17h30
Lieu	FOAD, centre de formation de l'entreprise, location de salle de formation.
Tarifs	Inter-entreprise : sur devis. Intra-entreprise : à partir de 1 900 € HT / jour pour un groupe de 6 participants. Le tarif est déterminé en fonction du nombre de participants, de la durée et des modalités de réalisation.

1. Objectifs pédagogiques

Donner aux participants des outils concrets et les clefs d'une posture et d'un état d'esprit positifs :

- Donner des outils concrets et les clefs d'une posture et d'un état d'esprit positifs.
- Renforcer leur capacité à bien interagir avec les autres, notamment en cas de tensions relationnelles.
- Augmenter leur assertivité.

2. Contenu de la formation

1. Prendre conscience de soi dans la relation

- Être soi
- Être dans son corps
- Gérer ses émotions

2. Prendre soin de soi

- Stratégies pour entretenir mon équilibre émotionnel

3. S'accommoder des situations imprévues

- Les règles d'or de l'improvisation
- L'improvisation au quotidien

4. Cultiver un état d'esprit positif

5. Développer son assertivité

6. Comment aborder les situations conflictuelles

7. Comment gérer les personnalités difficiles

3. Méthodes mobilisées et moyens pédagogiques

- 30% de théorie, 70% de mise en pratique.
- Ajustement systématique aux problématiques spécifiques des personnes.
- Feed-back personnalisé.
- Approche orientée résultat et résolution de cas concrets.

4. Moyens d'encadrement et profil des intervenants

Les formateurs sont comédiens et/ou metteurs en scène. Ils ont suivi une formation artistique et universitaire et disposent d'une solide expérience du monde de l'entreprise, notamment dans des contextes de communication à enjeux. Leurs compétences sont entretenues et actualisées dans le cadre de la démarche qualité de l'organisme.

5. Modalités d'évaluation et de suivi

Pendant la formation	Mises en situation évaluées par une grille d'évaluation permettant d'évaluer un pourcentage de réussite.
À l'issue de la formation	Attestation de fin de formation mentionnant les acquis, remise à chaque participant.
Après la formation	Évaluation de la satisfaction à chaud ; les résultats alimentent la démarche d'amélioration continue de l'organisme.
Suivi de l'exécution	Feuilles d'émargement signées par demi-journée ; attestation de présence / assiduité.

6. Modalités et délais d'accès

Réponse sous une semaine en fonction du planning.

Minimum : 6 personnes / Maximum : 8 personnes

Durée : 1 journée - 7 heures / 9h00 - 13h et 14h - 17h30

Lieu : FOAD, centre de formation de l'entreprise, location de salle de formation.

7. Accessibilité aux personnes en situation de handicap

La formation est ouverte aux personnes en situation de handicap. En intra ou en salle de location, inclusion des personnes en situation de handicap. Le référent handicap philippe.lamblin@versiondefinitive.com étudie chaque situation particulière afin d'adapter les modalités pédagogiques, matérielles et logistiques, ou d'orienter vers un partenaire spécialisé.

8. Indicateurs de résultats

2025 : Note de satisfaction : 83 % / Taux de recommandation : 100 %

9. Contacts

- Référent handicap : philippe.lamblin@versiondefinitive.com
- Contact : philippe.lamblin@versiondefinitive.com – 10, rue de Penthièvre, 75008 Paris.

Programme mis à jour le 30/07/2026