

# Module 11: S'exprimer avec aisance

## Capsule Compétences Psychosociales

S'exprimer avec aisance va au-delà de la simple communication verbale. Elle a une influence positive sur la qualité des relations professionnelles et contribue à développer les opportunités d'évolution professionnelle en facilitant la transmission des idées.

Cette formation offre la possibilité d'établir un bilan sur son comportement relationnel, d'en analyser les expressions et de s'enrichir d'outils pour mieux communiquer lors d'échanges individuels.



### Programme

#### Identifier les enjeux d'une expression claire et impactante dans le cadre d'échanges individuels

- Identifier les clés pour communiquer efficacement
- Identifier les risques associés à une communication non maîtrisée

#### Mener une introspection individuelle pour diagnostiquer ses pratiques et son comportement en situation de communication

- Evaluer ses techniques de préparation selon les types d'échanges (entretien, rendez-vous client, ...)
- Identifier l'impact de sa communication non verbale sur ses interlocuteurs



### Pour qui ?

Toute personne souhaitant développer sa capacité à faire passer ses idées dans des situations d'échanges individuels.



### Prérequis

Aucun prérequis nécessaire



### Objectifs

Être capable de :

- Repérer son mode de communication
- Structurer ses idées de manière logique et cohérente.
- Ajuster son style de communication en fonction des différents interlocuteurs et contextes.

3,5 heures

Distanciel

#### Expérimenter de manière ludique les techniques de communication en situation d'échanges individuels

Des ateliers collaboratifs menés en sous-groupes permettront de mobiliser les techniques d'expression orale et d'écoute active, pour optimiser sa communication selon les contextes.

Un temps de réflexion collective permettra aux participants de :

- Préparer & ajuster leur communication en fonction du comportement de son interlocuteur et du contexte de l'échange.
- Identifier les pratiques à intégrer dans leur quotidien (plan d'actions individuel)



### Les plus

Une taille de groupe restreinte pour faciliter les échanges  
Un exercice d'introspection guidé pour s'autoévaluer sereinement  
Des ateliers collaboratifs pour se découvrir et s'enrichir mutuellement

## Nos modalités pédagogiques

Notre signature pédagogique **I.M.P.A.C.T.** sous-tend toutes nos modalités pédagogiques:

- **I****NSPIRATION** : susciter l'envie d'apprendre par l'identification des enjeux, des besoins, par la projection sur les bénéfices possibles
- **M****OUVEMENT** : stimuler l'apprentissage par l'expérimentation (mises en situation, jeux d'expérimentation, cas pratiques,...)
- **P****ERSONNALISATION** : prendre en compte les individualités et les spécificités de contextes professionnels avec des modalités pédagogiques variées
- **A****UTONOMIE** : favoriser des travaux de sous-groupe autonomes, des entretiens réflexifs entre participants, la prise de conscience du « pouvoir agir » individuel
- **C****O-RESPONSABILITE** : engager, tout au long de la formation, les participants dans la co-construction des apprentissages
- **T****RANSFORMATION** : challenger la définition d'objectifs de progrès, les prises de conscience des possibilités, des défis post formation

## Nos modalités d'évaluation

### Avant

Chaque participant est invité à :

- Réaliser son auto - évaluation de connaissances / expériences sur les différents thèmes de la formation
- Définir ses propres objectifs de progrès en lien avec ses pratiques professionnelles

### Pendant

*Notre approche de l'évaluation formative : une évaluation continue de la progression*

A travers notre pédagogie active et pragmatique, nous mettons en œuvre une évaluation continue, intégrée au déroulement de la formation.

#### **En cours de séquence : nos séquences sont structurées en temps forts qui nous permettent de mesurer les évolutions**

- Au démarrage, par une activité de sensibilisation, nous faisons émerger le positionnement initial des participants
- Au cœur de la séquence, nous vérifions la compréhension et l'acquisition des contenus abordés au travers d'activités variées : exercices pratiques, mises en situation et quizz...
- En fin de séquence, les participants évaluent leur progression sur le thème en lien avec leur fiche d'auto-évaluation

Cette approche dynamique nous offre une vision précise de la progression de chaque apprenant et nous permet d'ajuster notre démarche pour répondre aux besoins spécifiques de chacun.

#### **En fin de formation :**

Le formateur réalise une évaluation des acquis à travers plusieurs activités proposées aux participants :

- Réaliser une synthèse des messages clés de la formation
- Evaluer leur progression en lien avec leurs objectifs de progrès
- Proposer des défis personnels d'expérimentation en lien avec leurs objectifs de progrès
- L'évaluation de la satisfaction des participants s'effectue par le biais d'un questionnaire en ligne

### Après

Les participants expérimentent les défis proposés en fin de formation

Des ressources complémentaires seront proposées pour consolider les connaissances et approfondir les notions abordées