

## Effacité Relationnelle

« Communiquer avec impact dans ses relations professionnelles »

**Durée :** 7 heures

**Lieu :** salle de Formation Coopilot Meximieux

**Nature de la formation :** Action de formation

**413 :** Développement des capacités comportementales et relationnelles

**Délais d'accès :** 3 mois

**Dates 2025 :** nous contacter

- **Tarif individuel :** 500 € net de TVA
- **Tarif groupe :** nous contacter

**Public concerné :** Toute personne désireuse d'améliorer sa communication interpersonnelle en entreprise

**Prérequis :** aucun

**Formation inter entreprise**

**Nombre de Participants maximum :** 6

**Accessibilité :** pour tout besoin d'aménagement spécifique, nous contacter

**Sanction visée :** Certificat de réalisation

**Modalité d'accès :** contacter Roxane CLESSE  
contact@coopilot-formation.fr ou 06 86 76 52 40  
pour plus de renseignements

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Identifier le fonctionnement des relations en milieu professionnel
- Comprendre le mécanisme des émotions pour mieux les accueillir dans ses relations professionnelles
- Développer une posture assertive en entreprise

### OBJECTIFS OPERATIONNELS ET CONTENU DE LA FORMATION

#### Identifier la dynamique des relations en milieu professionnel

- Le fonctionnement de la communication interpersonnelle
- Le langage verbal et non verbal
- Les différents niveaux de perceptions

#### Explorer l'influence des émotions pour mieux les gérer dans les interactions professionnelles

- Les principales émotions
- Le rôle des émotions dans l'évolution humaine
- Le compteur émotionnel

## Développer une posture assertive

- La définition de l'assertivité
- Une affirmation de soi respectueuse
- Une communication factuelle avec le DESC

## ORGANISATION DE LA FORMATION

---

Coopilot est un organisme de formation Certifié Qualiopi en « actions de formation » et « bilans de compétences » enregistré sous le numéro 84691976369 auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes

### Equipe pédagogique :

#### **Roxane :**

- Formatrice & Coach professionnel certifiée
- 13 années d'expérience dans la formation continue Adultes
- Spécialiste de la communication non violente

#### **Vanessa :**

- Formatrice, Coach professionnel certifiée & Consultante en bilan de compétences
- 10 années d'expérience dans la réclamation clients
- Spécialiste de l'optimisation des processus

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés et remis aux participants
- Exposés théoriques
- Analyse de la pratique
- Mises en situation
- Tests de personnalité

### Dispositifs d'évaluation des compétences

- Formulaire de positionnement en amont et en fin de formation.
- Feuilles de présence.
- Plan de progression individuelle suivi par l'intervenante.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.