La communication de proximité

Version mise à jour : Novembre 2026 · v2026-11

PUBLIC CONCERNÉ

- Tout public

COMPÉTENCES VISÉES

Communiquer au quotidien de façon claire et bienveillante avec ses collègues, son équipe et ses interlocuteurs, pour limiter les malentendus et les tensions.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES INTERMÉDIAIRES

Au fil des séquences, le participant sera capable de :

- Décrire le schéma de la communication et le principe des 3 V (Mehrabian)
- Pratiquer la reformulation, le feedback et le questionnement (méthode CQQCOQP)
- Formuler un message en langage simple, adapté à son interlocuteur

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES FINAUX

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Identifier les composantes clés d'une communication interpersonnelle efficace et leurs effets dans le contexte professionnel.
- Adapter son message et sa posture de communication au profil et au niveau de compréhension de ses interlocuteurs.
- Transmettre une consigne ou un message sensible de manière claire, assertive et bienveillante afin d'éviter les malentendus.

MODALITÉS D'ACCÈS ET D'ÉVALUATION

Toute demande d'inscription fait l'objet d'un entretien de cadrage pour préciser les besoins, définir les objectifs et planifier la session.

Évaluation : Fiche de positionnement individuel en amont de la formation. Évaluation formative par des mises en situation d'entretien et des jeux de rôle (grilles critériées). Autoévaluation et bilan à chaud et à froid à 3 mois sur les objectifs atteints.

RECONNAISSANCE DÉLIVRÉE ET FINANCEMENT

Reconnaissance : Formation non certifiante (sans certification RNCP ni RS). Un certificat de réalisation est remis à chaque participant à l'issue de la formation.

Financement : Financement par l'entreprise. Prise en charge possible par l'OPCO de l'entreprise, selon ses critères. Formation non éligible au CPF.

Prérequis
Aucun

Effectif
4 à 8 participants

Déroulement
Présentiel, intra-entreprise

Durée
1 jour (7 heures)

Lieu
Dans les locaux de l'entreprise

Dates
À définir avec l'entreprise

Tarif
À partir de 1 290 € HT la journée, hors frais de déplacement. Devis personnalisé sur demande.

Délai d'accès
20 jours en moyenne après validation du devis et de la convention

Accessibilité
Formation accessible aux personnes en situation de handicap, avec adaptation possible. Référent handicap : Yannick Orieux, yannick@negoforte.fr, 06 87 75 89 30.

Contact et inscription
Yannick Orieux, 06 87 75 89 30, yannick@negoforte.fr

Résultats
Indicateurs de résultats et méthode de calcul publiés sur negoforte.fr

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Ateliers séquencés par objectif pédagogique
- Apports théoriques animés
- Exercices de communication et de feedback pour une observation concrète des acquis
- Jeu pédagogique Empathy Toy
- Échanges et réflexion collective
- Méthode participative et co-active
- Livrable synthétique au format carte mentale

CONTENU

- Le schéma de la communication
- La reformulation et le feedback
- Les bonnes questions
- La méthode CQQCOQP
- L'utilisation d'un langage simple
- Le principe de Mehrabian : les 3 V
- Les outils et techniques à connaître
- Mises en situation issues de cas réels vécus en entreprise