

## PROGRAMME DE FORMATION (1/2)

Dispositif A.P.O. AKTION®

### « Développer une communication efficace et assertive »

#### Contexte

L'A.P.O AKTION® est un dispositif qui propose une approche innovante mettant en lumière les opérationnels et leur savoir-faire. Il permet de combler le fossé qui se creuse entre les dirigeants, les managers et les collaborateurs(trices) tout en renforçant l'attractivité des entreprises dans la gestion de leur personnel et dans leur communication globale.

**Cette journée de formation professionnelle s'inscrit dans ce dispositif.**

#### Objectifs :

- Identifier les principes de la communication interpersonnelle.
- Comprendre son rôle et sa co-responsabilité dans la communication avec l'autre.
- Comprendre les ressorts de l'assertivité.
- Intégrer les techniques de gestion des interactions perturbantes et les situations de tension.

#### Public visé et prérequis :

- Public visé : collaborateurs non-managers et middle management.
- Prérequis : aucun.

#### Éléments de programme :

- **Fondamentaux de la communication interpersonnelle :**
  - Principe de co-responsabilité dans la gestion des relations
  - Logiques systémiques, boucles de feed-back et ponctuation des échanges
  - Les besoins humains fondamentaux (Maslow + besoins psychologiques)
  - Pyramide de Dilts et impact de nos valeurs / croyances sur notre comportement
  - Rappels des présupposés de la PNL
  - Nos perceptions à l'origine de nos difficultés (C. Shannon)
- **Les freins à la communication :**
  - La compréhension des messages
  - La lecture de pensées / Les cadres de référence
  - Les filtres de la compréhension
  - Les 3 objectifs de la reformulation
- **Les techniques de communication :**
  - L'écoute et l'empathie (objectifs, importance,...)
  - Limiter les interférences personnelles
  - L'utilisation du non-verbal
  - Développer une communication efficace
- **Communication assertive :**
  - Définition de l'assertivité
  - Oser dire
  - Ferme et souple / logique d'autorité
  - Communiquer ses limites, ses décisions

#### Moyens prévus :

- **Moyens pédagogiques :** Alternance d'exposés théoriques et de séquences pratiques / Mises en situations professionnelles filmées / Support pédagogique remis aux stagiaires tout au long de la journée / Plateforme e-learning « les soft skills ».
- **Moyens techniques :** Paperboard / Caméra et vidéoprojecteur.
- **Moyens d'encadrement :** Encadrement des stagiaires assuré par le formateur en application du règlement intérieur.

## PROGRAMME DE FORMATION (2/2)

Dispositif A.P.O. AKTION®

### « Développer une communication efficace et assertive »

#### Modalités et délais d'accès à la formation

- **Durée totale de la formation** : 2 x 0,5 jour (7 heures) OU 4 x 0,5 jour (14 heures)
- **Période de réalisation** : *date(s) définie(s) dans le dispositif APO*
- **Effectif minimum** : 12 personnes / Effectif maximum : 12 personnes
- **Horaires** : *les horaires sont mentionnés dans la convocation envoyée aux participants 7 jours avant.*
- **Modalité de déroulement** : Présentiel
- **Lieu de formation** : *les journées du dispositif APO se déroulent dans chacun des locaux des différents participants et sont définis au cours du dispositif. L'adresse est indiquée dans la convocation envoyée aux participants 7 jours avant.*

L'inscription à cette formation est possible jusqu'à 48 heures avant le début de la promotion.

#### Dispositif d'évaluation des résultats de la formation

- **Suivi de l'exécution** :
  - Feuilles de présences signées des stagiaires et du formateur par demi-journées.
- **Appréciation des résultats** :
  - Tour de table pour déterminer les attentes et le positionnement des stagiaires.
  - Exercices et mises en situation professionnelle évalués par le formateur.
  - Évaluation continue lors de la formation (plan d'avancement individuel).
  - Élaboration de plans d'action individualisés conservés par les stagiaires.
  - Questionnaire d'évaluation de la formation à chaud à la fin de la formation.

#### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Nous mettons tout en œuvre pour rendre nos formations accessibles aux personnes en situation de handicap. Afin d'établir les modalités d'adaptation nécessaires, merci de nous contacter en amont de toute inscription. Accès PMR selon modalités de l'entreprise cliente.

#### Tarif :

Le coût de cette journée **s'inscrit dans le budget global du dispositif A.P.O. AKTION®** qui se situe entre 10.000 € HT et 12.000 € HT (TVA 20%).

#### Contacts

Vous avez besoin d'avoir des informations complémentaires concernant

- **les aspects pédagogiques de la formation :**

Contactez : Marie PAILLOUX,  
Responsable pédagogique et Présidente de SAS APO AKTION

Mob : 06 03 33 82 74

Mail : marieaktion@gmail.com

- **les aspects administratifs de la formation :**

Contactez : Laura DRUEL  
Cheffe de Projet et Responsable administrative de SAS APO AKTION

Mob : 06 45 56 76 73

Mail : laura.drue@groupeaktion.fr