

# Optimiser sa communication professionnelle écrite et orale

## Financement

Formation professionnelle continue  
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et  
contact

DIPSAO -  
JEMEFORMEAUTREMENT  
Vansoeterstède Marie-Anne  
06.32.09.75.59  
jemeformeautrement@gmail.com

## Accès à la formation

### Publics visés :

Demandeur d'emploi  
Jeune de moins de 26 ans  
Personne handicapée  
Salaré(e)  
Actif(ve) non salarié(e)

### Sélection :

Entretien

### Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

### Conditions d'accès :

l'admission s'effectue après un entretien  
téléphonique avec le centre de formation.  
Savoir lire, écrire et parler français.

### Prérequis pédagogiques :

Savoir lire, écrire et parler français.

Contrat de  
professionnalisation  
possible ?

Non

## Objectif de la formation

Progresser en écoute active et empathie tactique Mieux communiquer, à l'écrit comme à l'oral Argumenter et négocier avec plus d'efficacité  
Elaborer une stratégie

## Contenu et modalités d'organisation

**Introduction :** Définir la communication, retracer son histoire, comprendre les enjeux (prendre l'R), Annoncer la démarche : connaître ses ingrédients (AMO), apprivoiser les tactiques, élaborer une stratégie  
**Connaître les composantes Acteurs et contexte Message et contenu Outils et canaux (verbal, paraverbal et non verbal, psychologique, rationnel, culturel) Tactique (utilisation des outils):** s'entraîner sans traîner à marcher sur des E Entrer en contact, prendre congé, se présenter Ecrire ou parler ? Quelle communication choisir ? Adapter le contenu aux destinataires Ecouter et comprendre, exploiter des données Exprimer des ordres, des conseils, des reproches, remercier... Entendre non, dire non Echanger des idées, étayer une argumentation Emouvoir, persuader, Explorer les freins, comprendre les biais, utiliser des leviers, emporter l'adhésions s'Exprimer à l'oral. gérer le stress et les émotions, Exercer et placer sa voix. Eveiller et maintenir l'attention : la force des histoires Eviter les erreurs, esquiver les opposants Exprimer son style et sa personnalité, adopter un état d'esprit positif, une formulation asertive  
**Stratégie en 4 étapes en amont avant pendant après Conclusion : Forces et dangers de la communication. Comment progresser ?**

Durées de la formation \*21h en cours du jour  
Parcours de formation personnalisable ? Oui Type de parcours Mixte  
Commentaires sur la parcours personnalisable 3 jours

## Validation(s) Visée(s)


> Attestation de fin de formation

## Et après ?

Suite de parcours

Certifier son niveau de français avec la certification Le Robert

## Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00249340	du 25/08/2021 au 31/12/2023	(24)	DIPSAO - JEMEFORMEAUTRE MENT		Non éligible	
00486270	du 06/06/2024 au 31/12/2025	(24)	DIPSAO - JEMEFORMEAUTRE MENT		Non éligible	