Fiche formation · éditée le 10 novembre 2026 · programme mis à jour le 1 novembre 2026

DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET PROFESSIONNEL

Process communication model - niveau 2

DURÉE	2 jours (14 h)
MODALITÉS	Présentiel
LIEU	Option 1 – En entreprise Option 2 – Distanciel Option 3 – Location de salle (surcoût à envisager)
TARIF	En intra-entreprise (pour un groupe) : 1200 euros HT/TTC par jour soit 2400 euros HT/TTC pour l'action En inter-entreprises : 600 euros HT/TTC par personne pour l'action (les frais de séminaires sont ajoutés aux tarifs pédagogiques présentés ci-dessus)
DATES	A définir

Pour qui

Public

Toute personne souhaitant développer ses aptitudes à la communication interpersonnelle

Effectif : 5 à 12 personnes

Prérequis

PROCESS COMMUNICATION MODEL - NIVEAU 1

Objectifs et programme

Objectifs pédagogiques

- Gérer les besoins psychologiques (les siens et ceux de ses interlocuteurs)
- Caractériser les comportements sous stress
- Gérer les situations de tension, mécommunication, désaccord, conflit

Programme

- Rappel sur le processus de communication et les leviers de la communication positive : jouer avec les notions de base / phase, besoin, canal et perception
- Les drivers, les mécanismes d'échec et les « masques » associés
- Les 3 degrés de stress
- Les manifestations et les impacts du stress négatif chez soi et chez les autres
- Les sources d'incompréhensions relationnelles et les zones de mécommunication
- Les manifestations positives ou négatives des besoins psychologiques de son interlocuteur / réagir de façon constructive
- Les comportements inefficaces dans les situations de conflits
- La mise en place d'une communication constructive, de désamorçage des situations conflictuelles

Pédagogie et évaluation

Modalités pédagogiques

Option 1 – En entreprise Option 2 – Distanciel Option 3 – Location de salle (surcoût à envisager)

Méthodes pédagogiques

- Alternance de méthodes affirmatives, interrogatives et actives
- Ressources formatives et de synthèse fournies
- Visionnage et analyse de films
- Parcours e-learning intégré au coût

Moyens techniques et humains

- Lynda HOARAU, Ingénieure en formation, 25 ans d'expérience en qualité de formatrice, certifiée Formatrice et Coache PCM ; Jérémie HOARAU, Formateur Professionnel certifié, 25 ans d'expérience en qualité de formateur, certifié Formateur et Coach PCM
- Licence Klaxoon et Padlet
- Salle banalisée comportant vidéoprojection et paperboard en cas de formation présentielle
- Utilisation de Zoom en cas de formation distancielle.

Modalités d'évaluation

- Des acquis
  - Fiche de renseignements en amont et questions
  - Evaluations formatives réalisées à l'aide de grilles critériées ;
  - Attestation de fin de formation mentionnant l'atteinte des objectifs de la formation
  - Evaluation à froid des transferts opérés dans l'activité

Mesure de la satisfaction des stagiaires

Accès et informations

Modalités et délais d'accès

En intra-entreprise - Action planifiée en concertation avec l'entreprise

En inter-entreprises – Sur la base du planning de formation en inter-entreprises d'ATRIA

Nous contacter par téléphone ou par mail

Accessibilité

En cas de formation réalisée en présentiel et avec location de salle, les locaux sont garantis accessibles aux PMR. Autres handicaps, nous contacter pour mise en place des moyens de compensation.

Aspects administratifs

Fiche de renseignements à compléter en amont.

Convention ou contrat à signer en amont de formation. Emargements par demi-journée pour le présentiel. Conservation des travaux et copies d'écran pour le distanciel.

Contact

Votre contact

Lynda HOARAU – 0692 76 19 56

lynda.hoarau@atria.run

Document informatif : la fiche en ligne fait foi (programme, tarifs et dates susceptibles d’évoluer).
Inscription, devis ou organisation en intra : contact@atria.run · 0692 76 19 56.