

## OBJECTIF

- > Identifier les obstacles rencontrés en termes de communication lors de ses contacts quotidiens
- > Améliorer sa communication envers ses clients et ses salariés

## PUBLIC

- > Chef d'entreprise, salarié, conjoint collaborateur du secteur artisanal.
- Chef d'entreprise, salarié hors secteur artisanal, porteur de projet.

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- > Formateur spécialisé en communication et développement personnel.
- Exercices pratiques : simulation et jeux de rôle, confrontation des situations individuelles.
- Support de formation remis à chaque participant.

## PRÉ-REQUIS

- > Aucun.

## ÉVALUATION

- > Questionnaire d'évaluation, attestation de suivi de formation et d'évaluation des acquis à l'issue de la formation.

## PROGRAMME

### Améliorer son aisance relationnelle

- > Les paramètres essentiels de la communication.
- > Les techniques de communication (verbale / non verbale).

### Réussir à mieux s'affirmer

- > Mieux exprimer sa demande, affirmer ses choix devant les autres.
- > Les gestes, le ton, la présence, l'humour et le sens de la répartie.

### Adapter son comportement

- > Gérer les situations difficiles et imprévues.

### Apprendre à mieux se maîtriser

- > Les techniques de maîtrise de soi.
- > Savoir dire OUI, savoir dire NON.

### Réussir à s'exprimer efficacement pour se faire comprendre

- > La construction d'un message, bien choisir ses mots, être clair dans ses propos.
- > Vérifier la compréhension de son interlocuteur.

**DURÉE** : 2 jours - 14 heures

Informations et inscription  
Contact **05 61 10 47 47**  
[formation@cm-toulouse.fr](mailto:formation@cm-toulouse.fr)

CMA 31  
18 bis bd Lascrosses 31000 TOULOUSE  
IFCMA  
55 bd de l'Embouchure 31200 TOULOUSE

