COMMUNICATION ORALE : RENFORCER SON IMPACT

Communication non verbale : observer les signaux, nuancer ses lectures et ajuster

Un entretien se passe mal sans qu'on sache dire pourquoi. Le discours est cohérent mais quelque chose sonne faux. À l'inverse on prête à un interlocuteur silencieux une hostilité qu'il n'a pas. Les grilles de lecture toutes faites circulent beaucoup dans les entreprises. Elles conduisent surtout à se tromper avec assurance. Deux jours pour observer méthodiquement ce qui se passe dans un échange, distinguer le fait observé de l'interprétation, vérifier ses hypothèses par la parole et ajuster sa propre expression. Les exercices portent sur des situations courantes comme l'entretien individuel ou la réunion tendue.

DURÉE	MODALITÉ	TARIF	DÉLAI D'ACCÈS
2 jours — 14 h	**Présentiel ou à distance**	**À partir de 1 650 € HT**	**11 jours ouvrés après validation du financement.**

Mon Pôle Formation est un organisme certifié Qualiopi. La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : **ACTIONS DE FORMATION** — certificat n° 76 31 02622 31 (SGS ICS)

01 Public visé et prérequis

PUBLIC VISÉ
Toute personne dont le métier repose sur des échanges en face à face notamment managers commerciaux recruteurs et fonctions d'accueil

PRÉREQUIS
Aucun prérequis

POSITIONNEMENT À L'ENTRÉE
Analyse du besoin et test de positionnement. Vos réponses sont partagées avec votre formateur afin d'adapter la formation à votre niveau et votre contexte professionnel.

02 Objectifs pédagogiques

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

- Distinguer le fait observable de l'interprétation qu'on en tire
- Observer de façon structurée la posture les appuis le regard et le rythme
- Repérer une rupture entre le discours et l'expression qui l'accompagne
- Vérifier une hypothèse par une question plutôt que par une conclusion
- Ajuster sa propre expression non verbale selon la situation et l'enjeu

03 Programme détaillé

M1 Observer avant d'interpréter

- Séparer ce que je vois de ce que j'en conclus
- Ce que le non verbal indique et ce qu'il ne dit pas
- Les idées reçues sur les gestes et leur prétendue signification unique
- Construire une observation en points précis : appuis rythme regard voix
- Le poids du contexte de la culture et de l'état du moment
- À retenir : Un geste isolé ne signifie rien : seuls sa répétition et l'écart avec l'habitude font signal.

M2 Les registres d'observation

- Corps voix et espace
- Posture appuis et occupation de l'espace
- Visage regard et réactions fugaces
- Voix : débit volume pauses et variations
- Distance physique et usage des objets pendant l'échange
- Atelier : Observation en binôme d'une séquence sans le son puis confrontation des relevés de chacun.

M3 Du signal à la vérification

- Poser la question plutôt que conclure
- Repérer une rupture entre le discours et l'expression
- Formuler une hypothèse au conditionnel
- Vérifier par une question ouverte sans mettre en accusation
- Que faire d'un signal que l'on ne comprend pas
- Mise en situation : Entretien où l'interlocuteur dit oui mais exprime autre chose : détecter puis vérifier.

M4 Ajuster sa propre expression

- Être lu comme on souhaite l'être
- Repérer ses appuis et ses gestes parasites
- Accorder sa voix son regard et son message
- Adapter son expression à l'enjeu : annonce difficile recadrage ou félicitation
- Travailler l'écoute visible en réunion et en entretien
- Cas pratique : Reprise d'une prise de parole courte avec deux ajustements choisis puis évalués par le groupe.

04 Modalités pédagogiques, méthodes et moyens

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES
Présentiel ou à distance

LIEU / FORMAT
Dans vos locaux — jusqu'à 10 collaborateurs, Paris — Présentiel, À distance — Classe virtuelle

MÉTHODES MOBILISÉES
• Apports théoriques, ateliers et cas pratiques. Support de cours numérique et fiches méthodes fournis.

ENCADREMENT
Formateurs qualifiés et expérimentés, experts de leur domaine, sélectionnés par Mon Pôle Formation.

05 Modalités d'évaluation et de suivi

ÉVALUATION DES ACQUIS
• QCM et mises en situation. Évaluation des acquis en début et en fin de parcours, évaluation à chaud et à froid à 60 jours.

SUIVI DE L'EXÉCUTION
• Émargement des participants
• Certificat de réalisation remis à l'issue de la formation

SANCTION DE LA FORMATION
Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

06 Type de reconnaissance

Formation non certifiante — Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

07 Modalités d'accès, financement et tarifs

MODALITÉS D'INSCRIPTION
Inscription en ligne, par téléphone, par devis ou via votre OPCO.

DÉLAI D'ACCÈS
11 jours ouvrés après validation du financement.

FINANCEMENTS POSSIBLES
- OPCO et plan de développement des compétences
- FAF et CFP
- France Travail
- Paiement jusqu'à 6 fois sans frais

DATES / SESSIONS
Entrées permanentes

FORMULE	DÉTAIL	TARIF
Inter-entreprises	-10 % dès 2 participants, -15 % dès 3, -20 % à partir de 4 inscrits sur la même session.	**À partir de 1 650 € HT**

Prix nets — exonération de TVA, article 261-4-4° du CGI.

08 Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Accessible aux personnes en situation de handicap. Contactez notre référent handicap pour construire une solution adaptée : contact@monpoleformation.fr

RÉFÉRENT HANDICAP
Tiffany LESTROUBAC

CONTACT
contact@monpoleformation.fr

09 Indicateurs de résultats

INDICATEUR	RÉSULTAT	MODALITÉS DE CALCUL
Taux de satisfaction	**N/A**	Moyenne des notes de satisfaction des stagiaires sur les 12 derniers mois
Taux d'abandon	**N/A**	Calculé sur les 12 derniers mois

Résultats arrêtés au 26/09/2026. N/A : donnée non disponible ou effectif insuffisant sur la période.

10 Contacts

INSCRIPTIONS ET INFORMATIONS
contact@monpoleformation.fr
01 87 66 57 66

ADRESSE
10a rue du Maréchal de Lattre de Tassigny, 76420 Bihorel

RÉCLAMATIONS
Par e-mail : contact@monpoleformation.fr