



Communication Efficace ©

Objectifs

- Connaître nos mécanismes internes et relationnels
- Savoir écouter l'autre pour améliorer la qualité de la relation
- Être capable d'affirmer un point de vue en respectant celui de l'autre
- Prévenir et gérer les conflits
- Créer des relations satisfaisantes

Public

Ouvert à tous

Prérequis

Ne nécessite aucun prérequis

Nombre de participants

6 à 12 personnes

Nos formateurs

Formateurs experts, qualifiés Gordon Communication Efficace, et dans d'autres domaines tels que la PNL, Logique Emotionnelle, Analyse transactionnelle etc. Nos formateurs ont tous au moins 15 ans d'expérience managériale. Ils sont supervisés et bénéficient d'un processus de formation pédagogique pluriannuel. Retrouvez leurs références sur notre site @.

Durée et organisation

- Formation inter-entreprises.
- **3 jours en présentiel** répartis en 2 modules (2J +1J) soit 21 heures.
- 6 heures de travail personnel tout au long du programme via une plateforme d'e-learning + 2 suivis collectifs d'1h en visio
- **OPTION+** : Suivi individuel de formation
Séance d'accompagnement personnalisé en visio (1h) - 350€ HT /pers
- Sur demande : peut être déployée en intra-entreprise

Prochaines sessions

À Paris en 2026

- Les 22, 23 & 30 septembre 2026

Tarifs

Particulier : 1 100 € HT

Entreprise : 1 900 € HT

(support pédagogique et repas inclus)

Option Habilitation professionnelle : 300€ HT

Possibilités de financement : nous contacter

Modalités d'accès

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Pour toute demande :

refhandicap@gordoncrossings.com

Particulier : Contrat de formation individuel

Entreprise : Convention de formation professionnelle

contact@gordoncrossings.com

01 45 53 60 55

Dernière mise à jour : mai-25

GROUPE EXPRIT / GORDON CROSSINGS

55 rue Lauriston 75116 Paris

EXPRIT : SIRET 44923419400032 - N°DA 11755665875 - SARL au capital de 208 427€

GORDON CROSSINGS : SIRET 53176772100024 - N°DA 11754729975 - SARL au capital de 1 000€

La pierre angulaire de la **Méthode Gordon©** qui permet aux participants de vivre pleinement leurs relations interpersonnelles et de franchir un cap !

Oser dire sans blesser, savoir écouter pour mieux collaborer, prévenir et gérer les conflits, apprivoiser son anxiété : cette formation, proposée en exclusivité en France par Gordon Crossings, est un véritable couteau suisse pour générer des relations de qualité, essentielles au développement de la motivation, de l'engagement, de la performance et de l'intelligence collective.

Programme

1 / LES FONDEMENTS

- Améliorer son Efficacité relationnelle
- Gérer son environnement
- Assertivité, Passivité, Agressivité
- La fenêtre des comportements
- Les 4 situations relationnelles
- A qui appartient le problème ?

2 / AFFIRMATION DE SOI

- Comment s'affirmer en respectant l'autre
- Quand la relation se tend, comment repérer quels comportements adopter
- Le principe de la Dépollution
- La construction du « message-je de confrontation »
- Les autres « Message-Je »

3 / ECOUTE

- Comment réellement écouter les autres ?
- Comment déjouer les pièges de la communication ?
- Les 12 obstacles à la Communication
- L'importance du changement de vitesse

4 / RÉOLUTION DE CONFLIT

- Gestion du stress et de l'anxiété
- Différencier les besoins des solutions
- Les 12 obstacles à la Communication
- Qu'est-ce qu'un conflit ? Les 6 étapes de la résolution de conflit sans perdant

Compétences acquises

- Je suis confiant dans mes relations interpersonnelles
- Je sais m'affirmer tout en respectant l'autre
- Je peux écouter l'autre et déjouer les pièges de la communication
- Je préviens et je gère les conflits avec aisance

Pédagogie

La formation s'appuie sur la mise en application d'un guide de formation qui permet au participant de suivre la progression pédagogique de la méthode Gordon. Cette formation est active et se déroule sous forme d'exercices et de jeux de rôle qui mettent en scène des situations réelles vécues par les participants. Elle implique également un temps de travail personnel (environ 6 heures) via une plateforme d'e-learning proposant de nombreux contenus interactifs (vidéos, quizz etc.) à l'issue de chaque module, et ce afin d'approfondir les notions vues et de mieux ancrer les apprentissages.

Évaluation

Le suivi individuel de l'acquisition des compétences est réalisé de plusieurs manières :

- Révisions suivies d'un quizz après chaque module. Evaluations en fin de formation, lors de mises en situations, jeux de rôles.
- Visios de suivi collectif pour valider la mise en place des concepts et les processus d'auto-correction. Une évaluation de la satisfaction de chaque stagiaire est réalisée à l'issue de la formation. Elle est complétée par l'appréciation du formateur à chaque session. En fin de formation, le participant recevra un certificat de présence.

Cette formation vous permet d'obtenir une habilitation professionnelle validée par Gordon Crossings (en option). Elle valide les acquis de la formation et atteste de la maîtrise des compétences en Communication Efficace© selon l'approche du Dr Thomas Gordon. Elle est basée sur 3 critères : un contrôle continu des connaissances en cours de formation, les résultats aux différents quizz proposés et une évaluation finale lors d'un jeu de rôles réalisée par un formateur externe.

