

Formation Communication

Entraînement intensif à la communication d'influence

(Suivi post-formation)



Informations clés

-  7 heures en présentiel
-  Bâtiment conforme aux normes d'accessibilité

Prix de la formation

Tarif : 700€ HT

Pour toute question sur le tarif, [nous contacter](#)

Objectif de la formation

- Consolider les acquis de la formation initiale
- S'entraîner à mobiliser ses leviers d'influence en situation réelle
- Adapter sa communication à des contextes complexes et sous pression
- Construire et déployer un plan d'action d'influence personnalisé

Aptitudes et compétences visées :

- > Confiance et assertivité dans l'expression de ses messages
- > Souplesse et adaptabilité face à des interlocuteurs variés
- > Capacité à identifier les signaux de stress et y répondre de façon constructive
- > Réactivité pour préserver et renforcer la qualité de la relation
- > Posture professionnelle alignée sur ses valeurs et ses objectifs

Public visé

Pour qui : Dirigeants, Managers et tout professionnel pour qui communiquer et influencer est stratégique au quotidien.

Pré-requis : Avoir complété son inventaire de personnalité remis lors du parcours initial Avoir suivi la formation "Communication" délivrée par ADLIB PEOPLE

 **JOUR 1****Accueil et cadrage**

- Icebreaker « retour d'expérience » : chacun partage une réussite et une difficulté rencontrées depuis la formation initiale.
- Présentation des objectifs de la journée :
 - s'exercer de manière intensive
 - renforcer sa compétence d'influence et sa confiance dans des situations à forts enjeux
 - mobiliser pleinement son style d'influence

Actualisation des profils et ciblage individuel

- Rappel flash des profils de personnalité et des leviers d'influence travaillés précédemment
- Partage en binômes : expériences d'application concrètes
- Identification des situations prioritaires à entraîner aujourd'hui

Entraînement intensif – situations à enjeux

- Immersion dans des mises en situation très réalistes, reflétant la complexité et la pression de la réalité professionnelle
- Interactions en conditions proches du terrain
- Feedback structuré à chaud pour ajuster immédiatement ses réflexes

Gestion des situations déstabilisantes

- Exercices ciblés sur :
 - la gestion des objections
 - le recadrage
 - la prévention des ruptures de communication
- Techniques de désescalade et de rétablissement d'une relation constructive
- Jeux de rôle progressifs pour tester différentes postures

Training personnalisé

- Chaque participant propose un scénario issu de son contexte réel
- Séances de mise en situation intensives, avec interactions dynamiques et retours d'expérience individualisés
- Formalisation d'un plan d'action personnalisé et d'une liste de points de vigilance à mobiliser dès la reprise d'activité

Conclusion et engagement

- Synthèse des points clés de la journée
- Engagement individuel sur un objectif concret de mise en œuvre
- Évaluation et perspectives de suivi (par exemple, point de consolidation à 3 mois)



Modalités

- › 100% entraînement pratique, zéro rappel théorique hors demande spécifique
- › Mises en situation hautement réalistes, inspirées de cas concrets
- › Feedback collectif et individuel en continu
- › Alternance de jeux de rôle, temps d'échange et consolidation des apprentissages



Délais d'accès

Cette session est proposée à Paris, Lyon et Perpignan.

Retrouvez en temps réel les dates et les places disponibles sur notre site : <https://www.adlib-people.fr/agenda/communication>



Certification

L'éligibilité au CPF est en cours de réactualisation



Accessibilité aux personnes handicapées

Toutes nos salles de formation sont accessibles aux personnes handicapées.

Les moyens de la prestation peuvent être adaptés en fonction du handicap des participants : contacter Stéphanie au 07660398128.

Version actualisée le 18/07/2025