



## Pour qui ?

- Cette formation s'adresse à tous les collaborateurs, quels que soient leur métier, leur niveau d'expérience ou leur fonction, en présentiel comme en télétravail.
- Les entreprises soucieuses de favoriser la circulation constructive des informations, l'expression structurée, la collaboration.
- Accessible à tous, avec une attention particulière aux personnes en situation de handicap (adaptation sur demande via contact : [remy@corpoboxe.fr](mailto:remy@corpoboxe.fr))

## L'expertise de nos intervenants

Nos formateurs sont psychologues, experts en QVCT et en prévention des Risques Psychosociaux (RPS), ayant une large expérience auprès de publics variés. Chacun adapte la pédagogie au contexte et aux enjeux réels de vos équipes. Des apports scientifiques, une approche bienveillante et la mise en pratique participative garantissent une formation impactante, utile et durable.

## POURQUOI CETTE FORMATION ?

Une communication maladroite ou absente est l'un des premiers freins au bien-être, à la résolution de problèmes et à la performance collective. Les difficultés à exprimer ses besoins, à formuler un désaccord ou à faire remonter une problématique nuisent à la motivation. À l'inverse, savoir s'exprimer pour faire avancer les choses, dialoguer efficacement, et recevoir un retour constructif est une compétence précieuse.

Offrez à vos équipes des clés pour mieux communiquer, prévenir les malentendus et construire ensemble un cadre de travail serein ✨

### OBJECTIFS CLES

- Développer l'écoute active et l'expression claire de ses besoins
- Savoir donner et recevoir un feedback constructif
- Formuler des demandes ou objections sans tension
- Prévenir les conflits et gérer les désaccords positivement
- Valoriser la diversité des points de vue pour avancer ensemble
- Favoriser l'engagement collectif et la confiance

### LES BENEFICES POUR VOS EQUIPES

- Amélioration de la qualité de vie au travail et du climat social
- Diminution des incompréhensions, tensions et situations conflictuelles
- Développement de la confiance, de la cohésion
- Renforcement de la proactivité et de la créativité dans la résolution de problèmes
- Valorisation de chaque collaborateur grâce à l'expression de ses idées

### LES BENEFICES POUR L'ENTREPRISE

- Amélioration de la circulation de l'information et des processus
- Équipe plus engagée, motivée et responsable
- Réduction de l'absentéisme et des risques psychosociaux
- Image employeur renforcée par une démarche QVCT
- Mise en conformité avec les recommandations réglementaires en matière de dialogue social et de prévention



## FORMATION COMMUNICATION EN ENTREPRISE

### POUR UNE COMMUNICATION EFFICACE, BIENVEILLANTE ET IMPACTANTE



Offrez à vos équipes les clés d'une communication claire, constructive et sereine.

Mieux se comprendre, mieux collaborer : un levier puissant pour booster la qualité de vie au travail et la performance collective.

## NOTRE PROGRAMME

1. Introduction à la communication en entreprise : enjeux, cadre QVCT
2. Fondamentaux de la communication interpersonnelle
3. Écoute active - exercices pratiques
4. Exprimer ses besoins et difficultés de façon constructive
5. Donner / recevoir un feedback utile et bienveillant
6. Prévenir et gérer les désaccords au quotidien
7. Applications et mises en situation (boîte à outils, jeux de rôle, études de cas)
8. Bilan, certification et plan d'action individuel

## NOS OBJECTIFS

- Sensibiliser aux enjeux d'une communication efficace et bienveillante.
- Former concrètement à des techniques pour mieux écouter, s'exprimer et prévenir les conflits.
- Développer l'autonomie pour favoriser un climat de confiance, d'engagement et de collaboration durable.

## CONTACT & INSCRIPTION

+33 6 88 72 89 92

Remy Charara,  
Responsable de la  
formation

[contact@corpoboxe.fr](mailto:contact@corpoboxe.fr)

[www.corpoboxe.fr](http://www.corpoboxe.fr)

## FORMATION COMMUNICATION EN ENTREPRISE

POUR UNE COMMUNICATION  
EFFICACE, BIENVEILLANTE ET  
IMPACTANTE

## Accessible et sur-mesure

Notre formation est adaptée aux personnes en situation de handicap (PSH). Si vous avez des besoins spécifiques, nous sommes là pour y répondre !

## Tarification

Tarification sur devis après analyse du besoin et des adaptations, en vous rendant sur notre site rubrique contact ou par mail ou téléphone.

[contact@corpoboxe.fr](mailto:contact@corpoboxe.fr)  
[www.corpoboxe.fr](http://www.corpoboxe.fr)



Durée & délai d'accès : 7H en une ou deux sessions, adaptation spécifique possible sur demande, inscription obligatoire 30 jours avant la formation.



Supports pédagogiques : Livret de la formation, cas pratiques.



Évaluation : Quizz pré-pratique & QCM en fin de formation



Attestation de formation remise à la fin du parcours