



Céline Kapral  
Médiation

## **Communication positive et Qualité de Vie au Travail**

*Objectifs pédagogiques : Développer une communication réussie au service de mon travail.*

*Durée : 07 heures (soit 1 jour de formation).*

*Intervenant : Céline Kapral – Médiatrice conventionnelle certifiée, Médiatrice judiciaire auprès de la Cour d'appel d'Aix en Provence en matière civile, commerciale et sociale. Ancienne chargée d'enseignement à la faculté de droit de Dijon et à l'Ecole Nationale de Procédures de Paris – Ancien Huissier de Justice.*

**Programme de la formation: 1 Journée de 07h (Pré requis : aucun)**

### **1. Les fondamentaux de la communication.**

Comprendre les principes généraux de la communication.

Communication verbale et non verbale.

L'écoute active, le questionnement, la reformulation.

Cas pratique et Mise en situation.

### **2. Les clés d'une communication réussie.**

Approche non directive et Adaptation.

Conviction et adhésion.

Cas pratique et Mise en situation.

### **3. Les bénéfices d'une communication réussie sur la QVT.**

Cohésion du groupe, motivation individuelle, estime de soi, baisse de l'absentéisme...