



## Entrer en Contact avec Aisance et Efficacité

Lien : <https://maroc-performance.com/formation/entrer-en-contact-avec-aisance-et-efficacite>

 DURÉE  
**2 jours (14h)**

 RÉFÉRENCE  
**DP37**

 CATÉGORIE  
**Prise de Contact et  
Ecoute**

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- ✓ Développer son aisance relationnelle en toutes circonstances
- ✓ Gagner en efficacité dans sa fonction par une meilleure communication

### POUR QUI ?

- ✓ Toute personne souhaitant gagner en efficacité dans la prise du contact que ce soit des effectifs commerciaux ou non commerciaux



## Programme détaillé

### 1 / Analyser les différents modes de fonctionnement de ses interlocuteurs

- Cerner les enjeux de la communication
- Connaître les clés de la communication
- Comprendre les enjeux d'une entrée en relation réussie
- Connaître et comprendre son interlocuteur
- Comprendre comment l'on est perçu par autrui

### 2 / Se connaître pour mieux connaître l'autre

- Identifier son mode de communication
- Prendre conscience de son niveau d'anxiété
- Connaître les messages contraignants
- Comprendre la notion d'intelligence émotionnelle

### 3 / Connaître les différents vecteurs de la communication

- Analyser les différents modes de communication
- Adopter un ton et un rythme de voix adaptés
- Comprendre sa communication non verbale
- Ouvrir son "territoire" à autrui : comportements associés
- Utiliser des expressions positives
- Décrypter la communication non verbale
- Eviter les gestes parasites
- Savoir maîtriser son corps

#### 4 / Entrer en relation rapidement et efficacement

- Les différentes situations de communication
- Maîtriser son émotivité
- Détecter les situations propices
- Adopter une attitude d'ouverture
- Entrer en contact : les premiers mots à utiliser
- Se présenter avec impact
- Maîtriser la première minute de l'échange

#### 5 / Adapter sa communication

- Détecter les registres de communication
- S'adapter à l'autre
- Ecouter pour être écouté
- Ecouter activement
- Faire preuve d'assertivité

#### Approche pédagogique

- ✓ Support Ecrit et Projection
- ✓ Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- ✓ Brainstorming et Jeux de Rôle
- ✓ Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- ✓ Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- ✓ Test de Validation des Acquis des Connaissances

#### Prochaines dates programmées

 19 au 20 Nov. 2026

 Distanciel

 Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

---

## 🔄 Réservation & Renseignements

📞 **Téléphone** : +212 522 247 210

✉️ **Email** : [contact@maroc-performance.com](mailto:contact@maroc-performance.com)

🌐 **Web** : <https://www.maroc-performance.com>

---

Document généré le 23/10/2026 — Réf : DP37

Maroc Performance — Tous droits réservés

Maroc Performance