



Mieux comprendre l'impact de nos émotions sur notre façon de communiquer communication

Objectifs

- ✓ Apprendre à mieux se connaître
- ✓ Renforcer sa capacité à mieux communiquer
- ✓ Renforcer l'estime de soi

Modalités Pédagogiques

- ✓ Cas pratiques issus de l'environnement professionnel
- ✓ Travail sur une base documentaire
- ✓ Plan d'action individuel
- ✓ Pratique sous forme de jeux de rôle
- ✓ Enregistrement vidéo
- ✓ Remise des enregistrements aux participants sur demande (apporter une clé USB)

Pré-Requis : aucun
De 1 à 10 pers.
Durée : 3 Jours
Date : Nous consulter
Lieu : A définir

www.acioformation.com

Programme de la formation :

Apprendre à mieux se connaître pour bien communiquer :

- ☒ Connaître les principes de base de la communication
- ☒ Mieux se connaître pour mieux se faire comprendre
- ☒ Se positionner dans ses relations avec les autres – L'analyse transactionnelle

Renforcer votre capacité à bien communiquer :

- ☒ Maîtriser les 3V pour une communication optimale
- ☒ Dompter le pouvoir des mots
- ☒ S'approprier des techniques de questionnement efficaces
- ☒ Utiliser votre DIVAS pour communiquer plus efficacement
- ☒ Certifier votre authenticité
- ☒ Développer votre charisme en situation de parole

Intelligence émotionnelle et communication :

- ☒ Renforcer l'estime de soi et la confiance en soi
- ☒ Prendre conscience de son intelligence émotionnelle pour apprendre à gérer ses émotions
- ☒ Apprendre de l'autre en développant empathie et écoute active
- ☒ Etre un bon Leader en adoptant un comportement assertif

Une attestation de fin de formation sera remise à l'issue de la formation suite à l'évaluation des acquis aux participants ayant suivi l'intégralité du programme.