

COMMUNICATION POSITIVE ET GESTION DES EMOTIONS

A l'issue de la formation, les participants auront identifié leur façon de communiquer et les émotions qui en découlent.

Ils auront découvert de nouvelles méthodes de leviers de communication orale et sauront rentrer dans le cadre de référence de leur interlocuteur.

Public visé

Toute personne qui souhaite optimiser sa communication et la qualité de ses relations professionnelles

Durée : 14h

Formateur : Anne-Sophie Haumonté

Programme et objectif

- Etat des lieux sur votre façon de communiquer et sur vos émotions qui en découlent*
- Comprendre les émotions de base*
- Les leviers de la communication orale positive et l'écoute active*
- La communication non verbale*
- Savoir réagir face à des comportements de freins sans jugement*
- S'exprimer tout en étant assertif*
- Savoir dire NON*

Modalités pédagogiques et mise en œuvre

Le formateur anime la session à partir de vos objectifs opérationnels, stratégiques et l'analyse de votre pratique. Il propose des exercices et ateliers pour mettre en pratique des techniques étudiées lors de la formation.

Suivi et évaluation

Quiz en amont et en aval de la formation et mise en situation

Entretien d'orientation avec analyse du besoin

anne-sophie@workandjoy.org

contact@reso-solution.fr

Effectif

L'effectif formé sera entre 1 et 12 personnes, faute de participants, l'organisme se réserve le droit de reporter la formation

Prérequis

Aucun prérequis

Accessibilité aux personnes handicapées

A discuter avec le référent handicap

Tarif

En intra ou en inter : sur demande auprès de notre organisme de formation

Lieu de la formation

Chez Réso-Solution

Ou chez le client

Ou au cabinet Anne-Sophie Haumonté

A l'issue de la formation

Une attestation de fin de formation sera remise aux participants en fin de formation.

Délais pour débiter la formation

Sur demande auprès de notre organisme

Réso-solution

www.reso-solution.fr – 04.91.33.01.79