



Sarah SERIEVIC
Consultante en
développement personnel.
Spécialiste de l'expression
orale et comportementale.

ETABLIR DES RELATIONS POSITIVES ET CONSTRUCTIVES

LA PROBLEMATIQUE

Nous avons besoin des autres pour confirmer ce que nous sommes ou ce que nous souhaitons être. Dans cette perspective en découle une autre, c'est que nous pouvons agir sur :

- l'image de soi
- l'estime de soi
- le sentiment de sa personnalité

Ces données ne sont pas intangibles, elles se maintiennent à travers la communication avec autrui dont une part importante est sous tendue par une recherche de reconnaissance en grande partie inconsciente.

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION

- Dirigeants, Managers

OBJECTIFS

- Identifier les principes d'une bonne communication
- Maîtriser les techniques de base de la communication
- Développer une écoute active

PRINCIPAUX AXES DE TRAVAIL

- Importance du non verbal
- Autodiagnostic de nos comportements
- Comment sortir ou faire face aux comportements refuges
- Découvrir l'assertivité
- Maîtriser le stress en situation de communication

METHODES

- Autodiagnostic
- Exercices pratiques
- Mises en situation
- Etudes de cas
- Echanges dans le groupe
- Conseils et apports méthodologiques de l'intervenante

DUREE

3 jours en résidentiel.

BUDGET

Devis sur demande, facturation à La journée d'intervention, hors frais de déplacement et d'hébergement du consultant, hors frais de conception, d'élaboration de documents pédagogiques spécifiques et de matériel vidéo si nécessaire.