



Affirmation de soi

PUBLIC

Managers et collaborateurs

OBJECTIFS

- Développer son potentiel de communication personnelle et interpersonnelle
- Développer la confiance en soi dans sa relation aux autres et l'expression de sa personnalité
- Développer l'affirmation de soi
- Affirmer ses idées et défendre ses points de vue en situation relationnelle difficile sans agressivité ou manipulation

PROGRAMME

- Connaître les réalités de la communication personnelle et interpersonnelle
- Mesurer sa capacité à s'affirmer
- Développer sa capacité d'affirmation de soi en situation de communication interpersonnelle
- Apprendre à gérer les situations relationnelles difficiles

DURÉE (INTRA ET INTER)

2 jours

DATES DE L'INTER - ANGERS

27-28 mai 2010

TARIF INTER

900 € net par participant par module de 2 jours

Conduite de réunion

PUBLIC

Managers et collaborateurs

OBJECTIFS

- Savoir conduire une réunion de manière participative et efficace
- Bien jouer son rôle d'animateur «chef d'orchestre » de la réunion
- Favoriser les échanges et la prise de décision
- Acquérir une aisance dans sa communication lors d'une réunion ou d'une prise de parole en public

PROGRAMME

Animer des réunions participatives

- Préparer ses réunions
- Conduire efficacement sa réunion
- Gérer les situations difficiles
- Perfectionner ses techniques de communication

Réussir ses présentations

- Préparer son intervention
- Se préparer mentalement
- Utiliser les outils de la prise de parole en public
- Gérer les situations difficiles

DURÉE (INTRA)

2 jours

TARIF INTRA
SUR DEVIS