



Christelle
DANGLA
Consultante-Formatrice

Cultiver la communication et l'optimisme au travail

Objectif professionnel	Améliorer ses capacités relationnelles et développer l'optimisme
Objectif de développement des compétences professionnelles	Savoir communiquer. Comprendre ses fonctionnements, sa personnalité. Savoir analyser des situations. Penser et agir autrement Identifier ses représentations sur l'optimisme
Public concerné	Toute personne, dans le cadre de son activité professionnelle.
Prérequis	Aucun prérequis nécessaire pour suivre la formation.
Méthode pédagogique	Approche Par Compétences : apprentissage par l'expérience et sur la pratique réflexive avec accompagnement de la formatrice
Moyens mis en œuvre	Élaboration de supports pédagogiques et techniques.
Techniques pédagogiques	Mises en situation, exercices.
Modalités d'évaluation	Évaluation pédagogique diagnostique en début de formation. Évaluation formative/acquisition de compétences au fur et à mesure de la formation. Questionnaire d'évaluation de la formation par le participant, à chaud à la fin de la formation. Questionnaire d'évaluation de la mise en œuvre des compétences développées, à froid environs 6 mois après la fin de la formation. Remise d'un certificat de réalisation/Attestation de présence, assiduité et fin de formation, qui précise le niveau d'atteinte des objectifs de développement des compétences professionnelles.
Durée	Distanciel 1 j – 7 h
Horaires	9 h – 12 h 30 et 13 h 30 – 17 h
Lieu	A définir – Possibilité visio
Répartition du temps	Théorie : 30 % Pratique : 70 %
Participants	Format individuel. Format groupe - Liste à fournir. Nb max de stagiaires : 10
Intervenante	Christelle DANGLA - Consultante formatrice certifiée ICPF & PSI

TFS LC - Christelle DANGLA

15 rue la ronde des charmes – 33460 MACAU – Mobile : 06.61.22.53.21 – www.christelledangla.fr – E.mail : christelle.dangla@orange.fr

N° Siret : 510 936 065 00026 - Code APE : 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le n°72 33 07699 33 auprès du Préfet de la région Nouvelle Aquitaine. Ce numéro d'enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

Membre d'une association agréée par l'administration fiscale acceptant à ce titre le règlement des honoraires par carte bancaire ou par chèque libellé à TFS LC.

Titulaire d'un contrat d'assurance Responsabilité Civile Professionnelle.

Programme de formation et de développement des compétences professionnelles

Savoir communiquer

- Découvrir les principes de base de la communication
- Appréhender la manière dont les personnes (collaborateurs, clients, etc.) traitent l'information
- Utiliser un langage approprié avec efficacité
- Reformuler de manière positive et donner du feed back

La psychologie positive

- Découvrir les fondements de la psychologie positive
- Intégrer des pensées positives dans la vie quotidienne

Empathie et compréhension

- Cultiver l'empathie au sein de son équipe
- Reconnaître et accepter les différences

Se positionner dans la relation, dans une équipe

- Comprendre son mode de fonctionnement
- Oser dire et faire comprendre
- Savoir dire Non
- Appréhender les critiques
- Instaurer des relations de confiance

Doper son optimisme

- Quel optimiste êtes-vous ?
- Devenir une « personne à solution »
- Évoluer de la pensée négative à la pensée positive
- Savoir gérer les émotions dans les relations

Christelle DANGLA - Consultante-Formatrice certifiée ICPF & PSI

Mise à jour le 02/01/2024

TFS LC - Christelle DANGLA

15 rue la ronde des charmes – 33460 MACAU – Mobile : 06.61.22.53.21 – www.christelledangla.fr – E.mail : christelle.dangla@orange.fr

N° Siret : 510 936 065 00026 - Code APE : 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le n°72 33 07699 33 auprès du Préfet de la région Nouvelle Aquitaine. Ce numéro d'enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

Membre d'une association agréée par l'administration fiscale acceptant à ce titre le règlement des honoraires par carte bancaire ou par chèque libellé à TFS LC.

Titulaire d'un contrat d'assurance Responsabilité Civile Professionnelle.