



Objectif d'apprentissage

Cette formation vous permettra d'augmenter votre capacité à composer avec les enjeux liés à la négociation et à la communication ainsi que de bâtir votre influence personnelle et maximiser votre rapport avec les clients et les collègues de travail.



Contenu de la formation

- Apprentissage des techniques avancées pour décoder les personnalités
- Reconnaissance des symptômes du stress de l'équipe et leur impact
- Modèle de gestion de l'anxiété – Identification des meilleures approches pour gérer les situations stressantes
- Identification de stratégies internes et externes pour demeurer concentré, gérer les frustrations et prendre de meilleures décisions
- Compréhension de la réaction physiologique de combat et fuite
- Compréhension le phénomène de « court-circuit » du cerveau rationnel
- Renforcement des capacités d'écoute active et d'empathie.



Notre expert – Mariola Wielgopolan

Mariola Wielgopolan est une coach exécutive accomplie, consultante et conférencière qui a travaillé avec de grandes entreprises comme CGI, Groupe Desjardins, Hydro Québec, SNC Lavalin, etc. Titulaire d'une maîtrise de l'Université de Santa Cruz en Californie, son approche est basée sur des modèles et des outils qui permettent d'aider à améliorer les compétences personnelles et interpersonnelles en leadership et en communication au sein des organisations.