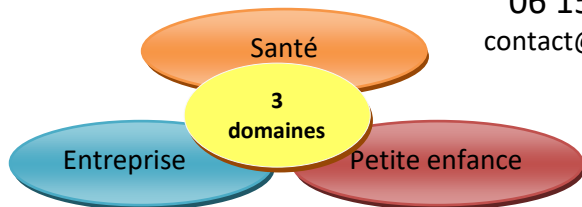




Sigried BOEL

06 15 62 90 30
contact@nelumbia.com



🔗 Formatrice spécialisée dans les domaines de :

- ✓ La communication interpersonnelle
- ✓ L'efficacité professionnelle,
- ✓ L'intelligence émotionnelle,
- ✓ Le management

🔗 Formée en 2018-2019 à :

- la **communication non violente** [6 jours] (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication)
- La facilitation en **éducation émotionnelle & relationnelle** auprès de Michel CLAEYS [21 jours]
- La **communication 4 couleurs** [2 jours]

Thématiques entrant dans mon champ de compétences

COMMUNICATION	
Les bases de la communication	
Mieux communiquer pour mieux faire passer son message	
La communication non violente	New !
La communication bienveillante	New !
Prendre la parole en public (niveau 1)	
Prendre la parole en public (niveau 2)	
COMPETENCES TRANSVERSALES / DEVELOPPEMENT PERSONNEL & INTERPERSONNEL	
Les bases de la communication	
Les bases de la prise de parole	
Mieux communiquer pour mieux faire passer son message	
La gestion du stress : combinez efficacité et sérénité au travail	
La gestion du stress à l'oral	
S'affirmer sans s'imposer	
S'affirmer dans ses relations professionnelles : l'assertivité	
L'assertivité : maîtrise et affirmation de soi	
Mieux écouter pour mieux décoder	
Se coacher soi-même pour s'adapter au changement	
Le lâcher-prise	
Préparation à la retraite	
MANAGEMENT	
Mieux manager grâce à l'intelligence émotionnelle : <i>Méthodes et outils pour gérer les relations à fort enjeu émotionnel</i>	New !
La communication du manager	
Animer, motiver et diriger son équipe	
Comment motiver et être motivé	
Animer un groupe de travail : piloter un groupe en mode transversal	
La gestion de conflit	
L'analyse de pratiques professionnelles <i>(Méthode Situation Problème en 5 étapes)</i>	New !
La résolution de situation-problème <i>(méthodes qualité : 8D ou QRQC "Quick Response to Quality Control")</i>	New !
Les clés de l'accompagnement du changement	
Les clés du management de proximité	
Les clés pour développer son aisance relationnelle dans les situations de management	