



## **TRAINING ONE vă invită la ORA DE COMUNICARE!**

### **Despre ce vom discuta:**

#### **1) Limbajul nonverbal**

##### ➤ Avantaje:

- interpretarea corectă a limbajului corpului ne ajută să ne “citim” partenerii de discuție, să deosebim situațiile în care cineva ne spune adevărul sau minte, să știm cum ne percep ceilalți (critic sau apreciativ), să anticipăm reacția celuilalt când suntem într-o negociere, etc.

##### ➤ Subiecte:

- interpretarea gesturilor mâinilor, expresiilor faciale, poziției corpului, etc.
- cunoștințe de comunicare nonverbală necesare pentru a face o impresie pozitivă și a câștiga încrederea celor din jurul nostru

#### **2) Limbajul paraverbal – e important ce spui, dar e și mai important cum spui**

#### **3) Limbajul verbal – puterea cuvintelor**

- tehnici de comunicare verbală
- expresii ineficiente
- cuvinte eficiente

#### **4) Vorbitorul în public**

- Cum să depășim teama de a vorbi în public și să ne controlăm emoțiile
- Pașii de urmat în susținerea prezentării
- Cum stabilim puntea de legătură cu publicul: cum să stărnim interesul și să captăm atenția
- Limbajul verbal, paraverbal și nonverbal al vorbitorului – ce ținută, poziții, gesturi, mișcări să adoptăm când susținem o prelegere
- Interpretarea limbajului nonverbal al auditoriului