



“A P R O B”  
Director interimar  
Ecaterina POPA

## SEMINAR

# Tehnici de comunicare eficientă

11 aprilie 2022, ora 09:00

online

- DURATA:** 8 ore academice
- BENEFICIARI:** Asistenți judiciari, grefieri, șefi secretariat/consultanți ai procurorilor
- ORGANIZATOR:** Institutul Național al Justiției
- FORMATOR:**
- Diana VRABIE, trainer AND
- OBIECTIVELE ACTIVITĂȚII DE FORMARE:**
- ✓ Să-și dezvolte abilitățile de comunicare interpersonală;
  - ✓ Să-și dezvolte capacitatea de ascultare activă în comunicarea interpersonală;
  - ✓ Să cunoască diferențele perceptive a interlocutorului.

AGENDĂ	
08:45 – 09:00	<b>Înregistrarea participanților</b>
09:00 – 10:30	Exercițiu de cunoaștere - storytelling câte 1 minut. Discuții de grup: De ce istorioarele personale ne ajută în comunicarea interpersonală. Exercițiu individual - calitățile unui comunicator bun Diana VRABIE
10:30 – 10:45	<b>Pauză</b>
10:45 – 12:15	Exercițiu practic de asociere cu imagini de personalități. Discuții despre stereotipuri. Piramida de formare a paradigmelor de gândire Diana VRABIE
12:15 – 13:15	<b>Prânz</b>
13:15 – 14:45	Tipologie aplicată pentru o comunicare eficientă Test personal de identificare a tipologiei Diana VRABIE
14:45 – 15:00	<b>Pauză</b>
15:00 – 16:30	Exercițiu de ascultare în mini grup Cele cinci întrebări fundamentale. Formula unui feedback sandwich Diana VRABIE
16:15 – 16:30	<b>Concluzii</b>