

Master Management du Sport (M1 MS)

Titre du Cours :	Développement Personnel
<i>Course Title:</i>	
Heures :	20
<i>Lecture hours:</i>	
ECTS Credits:	2

➤ **CONTENU ET OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DU COURS**
DESCRIPTION AND LEARNING OBJECTIVES OF THE COURSE

Développer auprès des étudiants l'intérêt de la communication son contenu et ses limites. Savoir découvrir les techniques de communication permettant de comprendre et de maîtriser sa propre communication et développer l'analyse du fonctionnement de la communication des autres. L'ensemble des techniques permet de développer chez chaque participant la Confiance en soi tant d'un point de vue personnel que professionnel.

➤ **LISTE DES SUJETS OU RESUME DES SEANCES**
TOPICS OF EACH SESSION OR SUMMARY OF THE COURSE

La Communication définition, schéma de base, interférences, communication verbale et non verbale. Connaître les outils d'aide à la communication, comment utiliser ses techniques en situation. Les éléments traités sont : Analyse du comportement, Règle des 4X20, Théorie de l'iceberg, P.N.L., Analyse Transactionnelle, Success Insights... Gestion du stress, Gestion du Temps, la Motivation. Chaque élément est traité en cours magistral et par des situations de simulation ou jeu de rôles.

➤ **METHODES D'EVALUATION (CONTROLE CONTINU)**
EVALUATION AND GRADING

En fin d'intervention un Contrôle de connaissance de 2 heures par un Q M sur l'ensemble du programme traité

➤ **REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES**
BIBLIOGRAPHY

- Ces gestes qui nous trahissent - Joseph MESSINGER - First édit.
- l'Analyse transactionnelle - Agnès LE GUERNIC - Ecolibris édit.
- Comprendre la PNL - Catherine CUDICIO - Eyrolles édit.
- Gestion du stress - Terry LOOKER - Poche Larrousse édit.