**PRESENTATION GENERALE / INFOS PRATIQUES**

|  |  |
| --- | --- |
| Titre de la formation (selon programme) | Identifier et développer ses capacités comportementales et relationnelles en situation professionnelle |
| Objectifs de la session  (selon programme) | Identifier ses capacités comportementales et relationnelles en situation professionnelle  Développer ses capacités comportementales et relationnelles en situation professionnelle  Être un acteur épanoui et assertif, Réalisateur de sa performance individuelle et collective au sein de son entreprise |
| Type de formation | Présentiel Distanciel Hybride |
| Public / spécificités des stagiaires | Salariés |
| Accessibilité handicap : | Sous-titrage des diaporamas,  Mise en page des documents facilitant la lecture pour personnes dyslexiques. |
| Prérequis exigés | Pas de Niveau prérequis, salariés de l’entreprise |
| Méthode validation des prérequis | Entretien avec le DRH, QCM avant inscription pour tous, entretien préalable avec les acteurs de la formation si possible |
| Matériel requis | Ordinateur / Connexion wifi / Rétroprojecteur / Câbles HDMI / Écran TV LED / |
| Support pédagogique | Support vidéos  L’apprenant construit son support théorique |
| Horaires formation  (amplitude journée) + pauses | 8h00-17h30 : présence formateur / 8h30-17h00 : présences stagiaires |
| Animation par : | David MANGATAL |

**RYTHME / DÉCOUPAGE DES SESSIONS**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Séquence Module | Notions abordées | Pour quel résultat ? | Durée | Début | Fin | Méthode pédagogique | Moyens utilisés |
| JOUR 1 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| ACCUEIL | L'(les) animateur(s) se présente(nt)  Chaque participant se présente et exprime ses attentes de la formation | Présentation de la formation / objectif pédagogique, plan, durées (cf programme) | 0h45 | 8h30 | 9h15 |  | Paperboard  Feuille blanche  Slide « objectif » |
| 1 | Thème n°1 Identifier ses capacités comportementales | - Reconnaître ses processus métacognitifs  - Développer l’esprit critique  - Auto-évaluation des apprentissages | 1h00 | 9h15 | 10h15 | Démarche inductive : méthode interrogative | Paper board  Analyse structurée de séquences filmiques  Temps de restitution collectif |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| PAUSE |  | Se détendre, marcher, se lever ! | 0h15 | 10h15 | 10h30 |  |  |
| 2 | Identifier ses capacités comportementales   * Croyances et vérités / Doutes et foi | Reparamétrage neuro-linguistique | 2h00 | 10h30 | 12h30 | Démarche inductive :  méthode active | Paper board  Temps de réflexion (individuel et collectif) |
| REPAS |  | Se nourrir, se détendre, bouger, communiquer | 1h30 | 12h30 | 14h00 |  |  |
| 3 | Identifier ses capacités comportementales   * Débriefing * Drivers | Évaluation de l’expérience du participant  Évaluer ses propres messages contraignants | 0h30  1h30 | 14h00  14H30 | 14h30  16h00 | Méthode interrogative  Démarche inductive : méthode active | Temps de restitution individuelle et collective  Analyse structurée de séquences filmiques  Questionnaire individuel  Réflexion collective |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Séquence Module | Notions abordées | Pour quel résultat ? | Durée | Début | Fin | Méthode pédagogique | Moyens utilisés |
| JOUR 2 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| ACCUEIL | Briefing : Chaque participant donne sa météo du jour | Feedback sur le jour #1 (cf programme) | 1h00 | 8h30 | 09h30 | Méthode interrogative | Paperboard |
| 1 | Thème n°1 Identifier ses capacités comportementales en situation professionnelle | Reconnaître ses préférences neuro biomécaniques individuelles | 3h00 | 9h30 | 12h30 | Méthode affirmative | Testing individuel de psychomotricité et biomécanique |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| REPAS |  | Se nourrir, se détendre, bouger, communiquer | 1h30 | 12h30 | 14h00 |  |  |
| 2 | Thème n°1 Identifier ses capacités comportementales en lien avec les enjeux relationnels en situation professionnelle | Analyser et comparer ses préférences neuro biomécaniques individuelles à ses habiletés comportementales | 3h00 | 14h00 | 16h30 | Méthode démonstrative  Méthode affirmative | Paper board  Temps de réflexion collective |
| 3 | Thème n°1 Identifier ses capacités comportementales en lien avec les enjeux relationnels en situation professionnelle | Analyse personnelle | 0h30 | 16h30 | 17h00 | Évaluation à chaud, météo de fin de journée | Temps de restitution individuel et collectif  Questionnaire d’introspection  Qu’ai-je appris ?  Qu’est-ce que je comprends mieux ?   * Que vais-je utiliser dans mon propre fonctionnement, dans mes relations et mon entourage professionnel, dans l’animation de mon équipe, de mon public, en situation professionnelle ? |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Séquence Module | Notions abordées | Pour quel résultat ? | Durée | Début | Fin | Méthode pédagogique | Moyens utilisés |
| JOUR 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| ACCUEIL | Chaque participant donne sa météo du jour | Feedback sur le jour #2 (cf. programme) | 1h30 | 8h00 | 09h30 | Méthode interrogative | Paperboard  Temps de restitution individuel  temps de restitution collectif |
| 1 | Thème n°2 Identifier ses capacités relationnelles en situation professionnelle | -Identifier le mode usuel de communication et  -Mesurer son impact dans le cadre relationnel, personnel et professionnel | 3h00 | 9h30 | 12h30 | Démonstrative  active | Jeux de rôle en groupe ou sous-groupe (acteurs, observateur) |
| REPAS |  | Se nourrir, se détendre, bouger, communiquer | 1h30 | 12h30 | 14h00 |  |  |
| 2 | Thème n°2 Développer ses capacités relationnelles en situation professionnelle | - Accepter un nouveau mode de communication  - Comprendre les enjeux relationnels en terme d’efficacité | 2h30 | 14h00 | 16h30 | Démonstrative  active | Paper board  Temps de réflexion collective  Jeux de rôle en groupe ou sous-groupe (acteurs, observateur) |
| 3 | Thème n°2 Développer ses capacités relationnelles en situation professionnelle | Analyse personnelle | 0h30 | 16h30 | 17h00 | Évaluation à chaud, météo de fin de journée | Temps de restitution individuel et collectif  Questionnaire d’introspection  Qu’ai-je appris ?  Qu’est-ce que je comprends mieux ?   * Que vais-je utiliser dans mon propre fonctionnement, dans mes relations et mon entourage professionnel, dans l’animation de mon équipe, de mon public, en situation professionnelle ? |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Séquence Module | Notions abordées | Pour quel résultat ? | Durée | Début | Fin | Méthode pédagogique | Moyens utilisés |
| JOUR 4 |  |  |  |  |  |  |  |
| ACCUEIL | Chaque participant donne sa météo du jour | Feedback sur le jour #3 (cf. programme) | 1h00 | 8h30 | 09h30 | Méthode interrogative | Paperboard  Temps de restitution individuel  Temps de restitution collectif |
| 1 | Thème n°2 Développer ses capacités relationnelles en situation professionnelle | - Différencier la capacité d’observation de la capacité d’évaluation  - Réorganiser le champ sémantique du vocabulaire courant | 3h00 | 9h30 | 12h30 | Méthode active :  Exercice de réécriture lexicale : proposer des phrases type (ex. tu me fais chier) prononcées habituellement par le participant et demander de les réécrire en langage girafe cnv  jeu de description  *outil : je suis* | Temps de réflexion individuelle  Analyse structurée de séquences filmiques *(Ex. Loulou & Chouchou)*  Jeux de rôle en groupe et/ou sous-groupe (acteurs, observateur) |
| REPAS |  | Se nourrir, se détendre, bouger, communiquer | 1h30 | 12h30 | 14h00 |  |  |
| 2 | Thème n°2 Développer ses capacités relationnelles en situation professionnelle   * Rappel sur les notions de non jugement * Appliquer l’observation sans jugements * Nommer et identifier ses sentiments et besoins * Formuler une demande sans exigences * Débriefing | -Déterminer son mode de communication efficace  -Expérimenter son mode de communication efficace (émetteur/récepteur) | 3h00 | 14h00 | 17h00 | Démonstrative  active | Jeux de rôles, cas pratiques  Position métacommunication  Empathie pour soi et envers les autres  Demandes sans exigences |
| 3 | Thème n°2 Développer ses capacités relationnelles en situation professionnelle  Débriefing  Vérifications intermédiaires  Plan d’action individuelle | Qu’ai-je appris ?  Qu’est-ce que je comprends mieux ?  Que vais-je utiliser dans mon propre fonctionnement, dans mes relations et mon entourage professionnel, dans l’animation de mon équipe, de mon public, en situation professionnelle ? | 0h30 | 16h30 | 17h00 | Évaluation à chaud, météo de fin de journée | Restitutions individuelles à chaud  Questionnaire de satisfaction |

# EVALUATION DES ACQUIS

*À chaque session, les résultats individuels des stagiaires seront reportés sur la synthèse d’évaluation des acquis*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Objectif du programme | Notion / compétence transmise | Méthode de vérification | Type de « notation » | Moyen/outil utilisé |
| Identifier ses capacités comportementales et relationnelles en situation professionnelle | * Distinguer ses croyances limitantes * Identifier ses drivers * Définir bien-être, performance * Identifier ses émotions, sentiments * Connaître son mode de fonctionnement préférentiel | Exercice pratique, retours d’expériences, échanges interactifs | Évaluation formative jour 2  Acquis  En cours d’acquisition  Non acquis | Questionnaire |
| Développer ses capacités comportementales et relationnelles en situation professionnelle | * Savoir exprimer et recevoir de la gratitude * Empathie pour soi même * Empathie pour autrui * Savoir Exprimer une demande sans exigences | Exercice pratique, auto évaluation, contrôle oral de connaissance en fin de journée | Évaluation formative jour 3  Acquis  ECA  Non acquis | Plan d’actions à envoyer par mail |
| Appliquer en situation professionnelle une communication efficace | * Identifier les sentiments et besoins universels * Transformer les situations délicates en situation efficace | Exercice pratique, auto évaluation, contrôle oral de connaissance en fin de journée | Évaluation sommative Jour 4 | QCM |
| VERIFICATION GENERALE  Vérification partielle des journées 1-2-3  Vérification générale en journée 4 | Restaurer une communication bienveillante  Identifier les situations délicates et les relations professionnelles délicates  Adapter des postures et attitudes empathiques  Créer ses ressources  Identifier ses besoins et ceux de son interlocuteur  Définir « sa » congruence. | QCM  A chaud  Qu’ai-je appris,  Qu’est ce que je comprends mieux ?  Que vais-je utiliser pour moi ?  Dans mes relations et mon entourage professionnel ?  Dans l’interaction avec mes équipes | 1 point par bonne réponse (20 points maximum)   * De 0 à 5 : non acquis * De 6 à 10 : en cours d’acquisition * De 10 à 20 : acquis | Distribuer le QCM au stagiaire  Les résultats seront transmis par le secrétariat du donneur d’ordre directement aux stagiaires après la formation.  VIGILANCE : tous les apprenants doivent être évalués |

# RESSOURCES DOCUMENTAIRES DISPONIBLES

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nom de la ressource | Format | Date de découverte / mise à jour | Où le trouver ? | Infos spécifiques |
|  | Livre imprimé |  | Bureau centre de formation | Si emprunt : noter l’info au secrétariat |
|  | Document PDF |  |  | Inclus dans le pack document pour les |
| Oui, mais… | Comédie/drame (2001) |  | Sur internet 😊 | Transmettre le lien sur le padlet |
|  |  |  |  |  |