**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 professionnelleDévelopper ses capacités comportementales et relationnelles en situation professionnelleÊtre 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 |  | PaperboardFeuille blancheSlide « 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 boardAnalyse structurée de séquences filmiquesTemps 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 boardTemps 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 participantÉvaluer ses propres messages contraignants | 0h301h30 | 14h0014H30 | 14h3016h00 | Méthode interrogativeDémarche inductive : méthode active | Temps de restitution individuelle et collectiveAnalyse structurée de séquences filmiquesQuestionnaire individuelRéflexion 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 démonstrativeMéthode affirmative | Paper boardTemps 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 collectifQuestionnaire d’introspectionQu’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  | PaperboardTemps de restitution individueltemps 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 | Démonstrativeactive | 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 | Démonstrativeactive | Paper boardTemps de réflexion collectiveJeux 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 collectifQuestionnaire d’introspectionQu’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 | PaperboardTemps de restitution individuelTemps 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 cnvjeu de description *outil : je suis* | Temps de réflexion individuelleAnalyse 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 | Démonstrativeactive | 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 intermédiairesPlan 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 chaudQuestionnaire 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 2AcquisEn cours d’acquisitionNon 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 3Acquis ECANon 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 GENERALEVérification partielle des journées 1-2-3Vérification générale en journée 4 | Restaurer une communication bienveillanteIdentifier les situations délicates et les relations professionnelles délicatesAdapter des postures et attitudes empathiquesCréer ses ressourcesIdentifier ses besoins et ceux de son interlocuteurDéfinir « sa » congruence. | QCMA chaudQu’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 stagiaireLes 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 |
|  |  |  |  |  |