

Catalogue des formations entreprises 2023



www.viasens.fr
contact@viasens.fr
tel. 06 83 89 92 37



VIASENS forme des salariés en poste dans le cadre du plan de développement des compétences de leur entreprise, qu'ils soient dirigeants, managers, chefs de projets, cadres, techniciens opérateurs, ainsi que des innovateurs ou porteurs de projet pour développer leurs compétences, leur engagement et/ou leur performance professionnelle.

Les publics spécifiques, en reconversion professionnelle ou en reclassement, sont formés en lien avec les organisations en charge de l'emploi sur des dispositifs dédiés dans lesquels VIASENS peut intervenir.

Les personnes porteuses de handicap font l'objet d'une attention particulière. Notre organisme travaille en lien avec l'AGEFIPH pour les accueillir dans les meilleures conditions. Si vous êtes dans ce cas, merci de contacter : Valentine Michel au 06 83 89 92 37.



Voici les axes de formation proposés par VIASENS :

- Management et Changement
- Formation & compétences
- Communication inter-personnelle
- Développement des soft skills
- Transition sociétale
- Entrepreneuriat

Si l'un de ces stages vous intéresse, ou que vous souhaitez l'adapter à votre contexte, à votre budget ou à en vérifier la faisabilité pour vos équipes, appelez Valentine MICHEL au 06 83 89 92 37. Je me déplace en entreprise pour être à l'écoute de vos besoins.

SOMMAIRE

Management et changement	de p. 3 à p. 18
Formation et Compétences	de p. 19 à p. 23
Communication inter-personnelle	de p. 24 à p. 27
Développement des soft-skills	de p. 28 à p. 41
Transition sociétale	de p. 42 à p. 49
Entrepreneuriat	de p. 50 à p. 51

Nous trouver : www.viasens.fr

Nous contacter : contact@viasens.fr

Management et Changement

Animer un groupe de travail	p. 4
Techniques de résolution de problèmes	p. 5
Gérer un projet avec Agilité	p. 6
Osons l'intelligence collective	p. 7
Manager avec bienveillance	p. 8
Manager les transformations	p. 9
Dirigeants, osez l'intelligence organisationnelle	p. 10
Les entretiens en entreprise	p. 11
Ateliers d'expression collective	p. 12
Ateliers d'échanges de pratique pour Coachs	p. 13
Ateliers d'échanges de pratique pour RH	p. 14
Shake your innovation	p. 15
Passez à l'organisation apprenante	p. 16
Accompagner le changement en période d'incertitude	p. 17
Utilisez le design-thinking au service de votre organisation	p. 18

Animer un groupe de travail

Objectif : Savoir animer une réflexion collective, résoudre un problème, animer une équipe dans le cadre d'un projet ne s'improvisent pas. Grâce à ce stage, vous connaîtrez les différentes méthodologies d'animation de groupe ainsi que les outils utilisés pour constituer un groupe de travail, lancer une réflexion, faire participer, choisir une ou des solutions, les présenter. La dynamique de groupe n'aura plus de secret pour vous !

Durée : 2 jours

Public : animateurs ou participants à des groupes de travail, membres d'organisations publiques ou privées ayant à faire travailler plusieurs personnes autour d'une thématique pour en explorer les facettes, proposer et décider des actions retenues.

Programme :

- J1 : Différencier réunion, projet et groupe de travail
Cadre de la réflexion : préparer son intervention
Principes de dynamique de groupe
Les étapes de la vie du groupe et leur déroulement
Méthodologies à choisir en fonction du contexte, de la problématique et de chaque étape
S'adapter à la psychologie des participants
- J2 : La boîte à outils de l'animateur
Les outils participatifs
Gérer l'énergie du groupe
Accompagner vers l'émergence de solutions
Choisir une ou plusieurs solutions
Se préparer à présenter les résultats du groupe de travail
Être impactant dans sa présentation.

Pédagogie :

Le stage alterne les apports par le formateur, les échanges de pratique et les exercices.

Pré-requis :

Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un quiz avant et après formation permet de mesurer les écarts de perception et d'établir une attestation de connaissances.

Dates : les 23 et 24 janvier 2023 - les 25 et 26 septembre 2023 en inter-entreprises.

Tarifs :

Inter-entreprises (consulter notre planning) : 900 €HT/pers.

Intra-entreprise (customisation d'un programme existant) : 2400 €HT.

Techniques de résolution de problèmes

Objectif de formation : A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable d'utiliser l'outil de résolution le plus adéquat en fonction du problème rencontré.

Objectifs pédagogiques :

- Savoir collecter l'information
- Analyser le problème
- Connaître les différents outils
- Choisir une solution
- En mesurer les effets
- Faire que le problème ne réapparaisse plus.

Durée : 1 jour

Public : Toute personne confrontée à résoudre un problème à fort enjeu ou récurrent, en individuel ou en groupe.

Programme :

Observer la situation
L'analyse du problème (selon mode de raisonnement)
Les méthodes et outils de résolution de problèmes
Le classement des idées
Le choix des solutions
Vendre les solutions en interne
La mesure des résultats
Le plan de pérennisation

Pédagogie :

Le stage utilise une pédagogie active, en faisant appel à l'expérience des participants. Les exemples et exercices se succèdent, ainsi que la réflexion et la pratique en groupe, de façon à découvrir le chemin du succès.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un exercice de synthèse permet de vérifier les acquis. La restitution individuelle permet d'établir une attestation des acquis.

Dates : les 7 février 2023, 26 septembre 2023 en inter-entreprises.

Tarifs :

Inter-entreprises : 450 €HT/pers.

Intra-entreprise (un exemple peut être pris comme fil rouge de la formation) : 1200 €HT.

Gérer un projet avec agilité

Objectif : La mode est à l'agilité dans les projets comme dans la gestion des entreprises. Pour autant, la création d'un produit, d'une entreprise ou d'un événement, la mise en œuvre d'une nouvelle organisation, nécessitent de raisonner durablement, tout en s'adaptant aux changements demandés par les clients. Que vous soyez Chef de projet, créateur, artiste ou entrepreneur, ce stage vous permet d'expérimenter l'agilité et de mener à bien votre projet de façon élégante.

Durée : 2 jours

Public : toute personne engagée dans un projet et devant le porter à son terme, avec ou sans équipe dédiée.

Programme :

C'est quoi être agile ?

Les spécificités des projets agiles

Les méthodes (Scrum, Management 3.0, issues du développement personnel...)

Maîtriser les concepts : sprints, backlog, burn-down chart...

Les compétences associées : le flow, l'alignement stratégique, la communication agile, le juste nécessaire, l'intuition, la flexibilité, l'adaptation, proactivité et réactivité...

Le comportement Agile dans les projets (outil Face de Agiloa)

Expérimenter l'agilité

Pédagogie :

Alternance d'apports et de mises en situation, partage d'expériences des participants, exercices pour développer l'agilité, programme d'action personnel.

Pré-requis : des bases de gestion de projet sont requises, même empiriques.

Modalités d'évaluation :

Evaluation de chaque participant à partir de la mesure d'agilité (méthode Face) et restitution.

Dates :

6 et 7 mars 2023

10 et 11 octobre 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 1000 €HT/personne

Stage intra-entreprise (customisation d'un programme existant) : 2000 €HT

Stage sur mesure (accompagnement dédié à une équipe intégrant coaching sur 3 mois) : 6000 €HT.

Osons l'intelligence collective

Objectif : Créer dans son organisation un climat de participation de tous les acteurs (organisation inclusive et apprenante) afin qu'ils deviennent des contributeurs majeurs de la performance collective.

Durée : 1 jour

Public : Personnels des équipes RH, managers, influenceurs des organisations publiques ou privées ayant à créer une dynamique d'engagement et de coopération entre les salariés/membres.

Programme :

- Préparer le terrain : mettre en place les pré-requis
- Acculturer les équipes au changement
- Former le management aux outils et aux rituels
- Apprendre à utiliser un outil de stimulation de l'intelligence collective (Klaxoon)
- Gérer la plateforme collective et gérer la communauté
- Communiquer sur les résultats
- Modérer les réseaux internes et accueillir les critiques externes
- Entretenir la flamme par des événements et challenges

Pédagogie :

Ce stage s'appuie sur l'outil numérique de gestion des réunions Klaxoon. Un supplément de coût est à envisager si l'intervenant vient avec sa box.

Le stage alterne moments d'échanges, utilisation des outils, et cas pratique soumis par les participants.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Mise en place d'indicateurs de mesure des changements apportés par le dispositif avant et après sa mise en place. (ex. durée des réunions, nombre d'idées émises, temps de réponse à une idée retenue...).

Dates :

Le 14 mars 2023, le 17 octobre 2023 en inter-entreprise.

Tarifs :

Inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers.

Intra-entreprise (un jour) : 1200 €HT.

Manager avec bienveillance

Objectif : Le management a subi une révolution ces dernières années. Les outils d'aide à la décision se sont affinés, le reporting est devenu une nécessité croissante, mais c'est surtout la posture du manager qui a énormément évolué, ainsi que le management des équipes. Ainsi, les managers de proximité ont dû accroître leurs champs d'actions, sans forcément plus de moyens à leur disposition pour le faire ni de visibilité. Cette formation donne aux managers un éclairage sur les changements actuels auxquels ils sont confrontés, des clés pour se positionner, et des outils pour être plus opérationnels.

Durée : 3 jours

Public : Managers de proximité, chefs de services

Programme :

- Les typologies de management
- Les 3 rôles-clés d'un manager
- Evolution de l'environnement : Monde VUKA
- S'adapter : passer d'un management classique à un manager bienveillant
- Comment être un manager éclairé ?
- Le pouvoir de l'écoute
- Utiliser votre pouvoir d'agir
- Stimuler la confiance et la créativité de votre équipe
- Développer et faire grandir les personnes
- Valoriser la coopération, l'entraide
- Echanges de pratiques

Pédagogie :

Ce stage alterne apports théoriques et exercices, avec à l'appui l'élaboration d'un plan d'actions individuel.

Pré-requis : Etre en situation de manager une équipe.

Modalités d'évaluation :

Un outil de diagnostic est réalisé en amont et en aval du stage. Le plan d'actions individuel sert de livrable à l'issue de la formation.

Dates : du 3 au 5 avril 2023, du 23 au 25 octobre 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 500 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (adaptation du programme) : 1400 €HT/jour

Stage sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 1600 €HT/jour

Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance de 2h (7 séances maximum)

Manager les transformations

Objectif : Appréhender les grandes transformations du monde du travail (après Covid-19), faire évoluer sa posture et ses outils pour devenir un acteur des transformations et accompagner ses équipes dans les changements actuels.

Durée : 3 jours

Public : Managers de proximité, chefs de services, chefs d'entreprises

Programme :

- Les typologies de management
- Les 3 rôles-clés d'un manager
- Evolution de l'environnement : Monde VUKA
- S'adapter : passer d'un management classique à un manager bienveillant
- Comment être un manager éclairé ?
- Le pouvoir de l'écoute
- Utiliser votre pouvoir d'agir
- Gagner du temps grâce aux moyens digitaux
- Centrer son management sur la relation humaine : créer la confiance, écouter, accueillir, intégrer, accompagner
- Manager les jeunes générations
- Stimuler la confiance et la créativité de votre équipe
- Développer et faire grandir les personnes
- Valoriser la coopération, l'entraide
- Reconnaître les contributions
- Echanges de pratiques

Pédagogie :

Ce stage alterne apports théoriques et exercices, avec à l'appui l'élaboration d'un plan d'actions individuel.

Pré-requis : être en situation de management d'une équipe.

Modalités d'évaluation :

Un outil de diagnostic est réalisé en amont et en aval du stage. Le plan d'actions individuel sert de livrable à l'issue de la formation.

Dates : du 25 au 29 mars 2023, du 13 au 15 novembre 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 500 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (adaptation du programme) : 1400 €HT/jour

Stage sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 1600 €HT/jour

Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance de 2h (7 séances maximum)

Dirigeants, osez l'innovation organisationnelle !

Objectif : Il s'agit de rendre votre organisation plus Agile, mieux adaptée aux changements traversés par notre société (générations Y, défis écologiques, fusions-acquisitions-restructurations d'entreprises, environnement mouvant...). Ce stage vous aide à identifier à quels changements vous devez faire face et à co-construire le plan d'actions et les indicateurs nécessaires, tant sur les plans du management, du fonctionnement, de l'organisation et de la culture d'entreprise.

Durée : 3 jours

Public : Dirigeants et managers décisionnaires

Programme :

- A quels défis êtes-vous confrontés en tant qu'entreprise ?
- Quelle analyse faites-vous de la situation ?
- Repenser l'entreprise grâce à l'appréciative Inquiry
- Les ressources sur lesquelles s'appuyer
- Comment rendre votre entreprise plus agile ?
- Rendre l'organisation plus responsabilisante
- Favoriser l'autonomie des équipes
- Accompagner les individus dans le changement
- Mettre en place l'organisation adaptée
- Agir sur les compétences et comportements individuels
- Transformer la culture sans changer les personnes.

Pédagogie :

Ce stage alterne apports théoriques, échanges, débats et questionnement afin de viser une prise de conscience auprès du public.

Pré-requis : Etre Dirigeant ou membre d'un comité de direction.

Modalités d'évaluation :

La synthèse écrite des 2 journées et le plan d'actions servent d'évaluation des acquis.

Dates : A la demande.

Tarifs : Ce stage se fait en intra-entreprise uniquement : 1600 €HT/jour

Accompagnement entreprise : 1000 €HT/jour

Les entretiens en entreprise

Objectif : La plupart des managers connaissent les entretiens et les pratiquent pour encadrer leurs collaborateurs. Mais tous savent-ils bien les mener, dans le bon contexte, avec un résultat efficace et qui stimule l'interlocuteur plutôt qu'il ne plombe l'ambiance ? Ce stage propose par la pratique, de s'entraîner aux principaux entretiens, et d'en tirer les best practices.

Durée : 2 jours

Public : Managers (groupe limité à 8 personnes)

Programme :

- Les différentes logiques en présence (selon culture d'entreprise)
- Les outils individuels du manager
- Les différents types d'entretiens
- Le brief-debriefing
- L'entretien de recadrage
- L'entretien annuel d'appréciation
- Le 360° feed-back
- L'entretien de remotivation
- L'entretien d'orientation de carrière, l'entretien professionnel
- L'entretien préalable à sanction
- L'entretien de ré-accueil suite à absence
- Comment et quand les utiliser ?

Pédagogie :

Après une brève présentation des entretiens, le stage est une succession de simulations et d'entraînements entre participants. Des fiches-mémos sont données aux personnes à l'issue du stage.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un QCM d'évaluation des connaissances est proposé à l'issue du stage. Les rushes d'entretiens filmés sont remis aux participants avec les points d'amélioration de chaque interviewer.

Dates : A la demande en intra

Tarifs :

Stage intra-entreprise (adaptation du programme existant) : 1200 €HT/jour

Stages sur mesure (à partir des outils fournis par l'entreprise) : 1500 €HT/jour

Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance d'1,5h (4 séances maximum)

Ateliers d'expression collective

Objectif : L'entreprise n'est pas le lieu idéal pour exprimer ses émotions. La culture de la mesure et du chiffre ont pris l'ascendant sur la subjectivité des personnes. La recherche de performance ne laisse pas de place aux discussions ou à la différence. Les process de plus en plus standardisés dans les grandes organisations laissent peu d'espace à la liberté et canalisent l'autonomie ou la créativité. Or les personnes ont besoin d'exprimer leur ressenti, leur vécu, voire leurs critiques pour regagner un espace de liberté dans l'organisation. L'atelier d'expression permet de prendre conscience des non-dits ou situations de tensions et d'ex-purger le trop-plein intériorisé pour se sentir compris et écouté.

Durée : ½ journée

Public : toute personne qui en ressent le besoin

Programme :

- Décrire l'état physique ou psychique du moment
- Prendre conscience de ce qui se joue et ce qu'on a envie de voir changer
- Faire un lien avec une émotion ou un comportement (colère, tristesse, fuite, victimisation...)
- Expurger les tensions
- Restaurer une écologie relationnelle et sa place dans l'organisation.
- Restaurer la confiance et repartir dynamisé.

Pédagogie :

Cet atelier utilise largement les méthodes de communication, de la PNL et la sophrologie, voire toute forme d'expression créative (théâtre, expression corporelle, dessin, art thérapie...).

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation : aucune modalité d'évaluation n'est prévue, cet atelier n'a d'autre valeur que de restaurer un état de bien-être aux participants à son issue.

Dates : un atelier par mois - programmation sur le calendrier de formation de Viasens

Tarifs :

Inter-entreprises (consulter notre planning) : 250 €HT/pers.

Stages intra-entreprise (customisation d'un programme existant) : 500 €HT/la demi-journée

Accompagnement individuel professionnel : 300 € la séance de 2h (5 séances maximum)

Accompagnement individuel particulier : 100 € la séance de 1h30.

Ateliers d'échanges de pratiques pour Coachs professionnels

Objectif : Une fois la certification passée et la clientèle constituée, les Coachs Professionnels peuvent ressentir le besoin d'échanger avec des pairs, indépendamment de la supervision dont ils peuvent bénéficier. Ces ateliers ont pour vocation d'échanger sur ses propres pratiques, de questionner et faire progresser le métier de Coach. Ils permettent de faire émerger le marché du coaching, qui reste encore assez immergé. Ils peuvent également être très formateurs pour les nouveaux coachs qui arrivent sur le marché. C'est également un gage d'excellence et de qualité, pour éviter les dérives, se rappeler les principes et le code de déontologie, se challenger sur les outils et méthodes utilisés.

Durée : 3 heures 4 fois par an

Public : Coachs certifiés

Programme :

- Accueil
- Rappel sur les fondamentaux : le Code de Déontologie, les compétences du coach...
- Réfléchir sur son métier de coach, son évolution
- Echanges entre pairs
- S'enrichir grâce à l'expérience des autres
- Découvrir d'autres manières de procéder
- Progresser dans ses compétences
- Diversifier ses connaissances
- Echanger sur les méthodes et outils
- Travail de groupe pour sortir de situations problématiques ou bloquées

Pédagogie :

La pédagogie s'inspire des ateliers de co-développement

Pré-requis : Etre coach certifié.

Modalités d'évaluation : Un questionnaire des impacts et modifications de perception est proposé si le participant a suivi 4 ateliers minimum dans l'espace de 6 mois.

Dates : 4 ateliers dans l'année (Voir la programmation sur le calendrier formation de Viasens)

Tarif : 250 €HT/atelier

Ateliers d'échanges de pratiques pour Responsables RH

Objectif : La fonction RH en PME réalise un service de qualité mais parfois, l'entreprise qui l'emploie n'utilise qu'une partie des possibilités de son responsable RH. Cet atelier vise à co-développer, à partir d'une problématique RH opérationnelle ou décisionnelle, par la complémentarité des visions / approches et l'échange de méthodes et outils, afin de développer les compétences et l'agilité de ses membres. Ainsi les responsables RH opérationnels s'enrichiront des problématiques transverses et les RRH généralistes s'enrichiront d'une vision plus transversale de l'entreprise et comprendront leur rôle dans l'accompagnement des changements.

Durée : 3 heures 4 fois par an

Public : Responsables RH, Responsables Développement RH et DRH

Programme :

- Accueil
- Les problématiques rencontrées
- Le changement d'image ou de posture de la fonction RH en interne
- Echanges entre pairs
- S'enrichir grâce à l'expérience des autres
- Découvrir d'autres manières de procéder
- Progresser dans ses compétences
- Diversifier ses connaissances
- Echanger sur les méthodes et outils
- Travail de groupe pour sortir de situations conflictuelles ou bloquées

Pédagogie :

La pédagogie s'inspire des ateliers de co-développement

Pré-requis : Etre responsable RH.

Modalités d'évaluation : Un questionnaire de l'impact de l'atelier sur les compétences est proposé si le participant a suivi 4 ateliers minimum dans l'espace de 6 mois.

Dates : 4 ateliers en 2023 (Voir la programmation sur le site internet de Viasens)

Tarif : 250 €HT/atelier

Shake your innovation

Objectif : L'innovation devient un incontournable de la stratégie des entreprises pour se différencier sur le marché et trouver des avantages compétitifs. On peut innover partout, sur tout, pour mieux satisfaire ses clients : produits et services, process de fabrication et de vente, fonctions supports, expérience utilisateurs...Ce stage balaie les différentes méthodes pour questionner vos pratiques, et surtout il permet d'identifier les compétences nécessaires à la mise en œuvre efficace de ces méthodes, qui, loin de relever d'un effet de mode, bouleversent le fonctionnement des entreprises.

Durée : 3 jours

Public : Dirigeants et managers décisionnaires

Programme :

- Place de l'innovation dans l'entreprise
- L'open-innovation
- Le design-thinking
- L'agilité dans les cycles de développement
- Les outils de l'innovation, l'avènement des Fablabs
- En quoi cela change-t'il la façon de penser ?
- Les compétences à mobiliser
- Expérimenter
- Agir sur l'organisation et la culture d'entreprise
- Vos axes de progrès

Pédagogie :

Ce stage alterne les apports d'expériences et théoriques avec les pratiques et échanges entre participants

Pré-requis : Etre Dirigeant ou Manager confirmé.

Modalités d'évaluation :

Un QCM pour vérifier l'acquisition des connaissances est proposé aux participants, avec correction et échanges pendant la session.

Dates : A la demande

Tarifs :

Stage uniquement en intra-entreprise : 1500 €HT/jour

Accompagnement entreprise ou équipe en mode consulting : 1200 €HT/jour

Passez à l'organisation apprenante

Objectif : Dans une société de partage de la connaissance, l'information circule de plus en plus vite. Or dans la plupart de nos organisations, les personnes mettent du temps à acquérir la connaissance par l'expérience et l'ancrage, et encore plus de temps à la stocker et à la diffuser. Ainsi, nos organisations doivent devenir « liquides », pour que chaque expérience devienne génératrice de nouveaux apprentissages. Ce stage a pour objectif de vous transmettre la culture et le cheminement pour obtenir cette réification.

Durée : 2 jours

Public: Dirigeants et managers

Programme :

- Qu'est-ce qu'une organisation apprenante ?
- Stock de compétences et d'expérience versus flux
- Réfléchir ensemble pour créer l'intelligence collective
- Etre aligné avec la vision, être cohérent avec l'objectif
- Les compétences pour demain
- Désapprendre pour mieux réapprendre
- Les communautés de pratiques et expériences d'apprentissage
- Les méthodes et outils de l'entreprise apprenante
- Les croyances et peurs dont il est utile de se défaire pour y parvenir
- Comment y aller ?

Pédagogie :

Ce stage alterne les apports théoriques et les échanges d'expériences entre les participants.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un plan d'actions pour son organisation sanctionne cette formation, pour que les apprentissages théoriques deviennent concrets sur le terrain.

Dates : 4 et 5 mai 2023 en inter-entreprises

Tarifs :

Stages inter-entreprises (consulter notre planning) : 600 €HT/pers./jour

Stages intra-entreprise (customisation d'un programme existant) : 1600 €HT/jour

Stages sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 1600 €HT/jour

Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance de 2h (10 séances maximum)

Accompagner le changement en période d'incertitude

Objectif : L'entreprise connaît une succession de changements, que ce soit dans son environnement externe, son marché, la concurrence...avec nécessité de s'adapter, avec un risque potentiel de disparaître. Comment opérer un virage dans la stratégie ? Comment réussir dans un contexte hyper-concurrentiel et mouvant ? Comment restructurer les services supports ? Comment réorganiser les pôles de compétences ? Ce stage permet aux responsables de projets et aux Dirigeants de connaître et appliquer les méthodes qui fonctionnent, pour une réussite durable des changements opérés.

Durée : 2 jours

Public: Dirigeants et chefs de département, chefs de projets, Change managers

Programme :

- Réagir, c'est déjà trop tard
- Comment anticiper les changements ?
- Quels sont les changements à ne pas rater (mesure des impacts) ?
- Quelle stratégie adopter en fonction de la maturité de l'entreprise ?
- Hypothèses, scénarii et modèles mathématiques décisionnels
- Résistances et freins aux changements
- Comment impliquer le personnel ?
- Les outils permettant d'analyser les situations et forces en présence
- Informier et former, accompagner
- Le tableau de bord du changement
- Comment faire pour parvenir à dire : « chic un changement ! »

Pédagogie :

Ce stage alterne les apports théoriques et les échanges d'expériences entre les participants.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un plan d'actions pour son organisation sanctionne cette formation, pour que les apprentissages théoriques deviennent concrets sur le terrain.

Dates : 27 et 28 avril 2023 en inter-entreprises

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (customisation du programme existant) : 1350 €HT/jour

Stages sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 1500 €HT/jour

Utilisez le design-thinking au service de votre organisation

Objectif : Comment mettre en mouvement les forces vives de votre entreprise et leur permettre de s'engager, se responsabiliser, et co-créer le changement ? La méthodologie du design-thinking permet de changer la culture de l'entreprise pour travailler différemment. Voici en 2 jours l'essentiel à connaître pour mettre en pratique cette philosophie et ses outils managériaux.

Durée : 2 jours

Public: Dirigeants et managers, chefs de projets, Change managers

Programme :

- Le design-thinking, c'est quoi ?
- Qui l'utilise ? Pour quoi faire ?
- Devenir source d'inspiration pour vos équipes
- Comment obtenir la participation de tous les acteurs ?
- Les apports du design pour résoudre les problématiques actuelles
- S'appuyer sur les nouvelles technologies pour démultiplier les effets de l'intelligence collective
- Les méthodes possibles autour du design-thinking : usages, créativité, design de produit ou de service, cartes mentales, user expérience
- Les étapes suivantes : prototyper et tester sa solution, communiquer avec les techniques narratives et d'éloquence, animer la communauté des utilisateurs
- Mettre en œuvre dans son organisation

P  dagogic :

Ce stage alterne les apports théoriques et les échanges d'expériences entre les participants.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un plan d'actions pour son organisation sanctionne cette formation, pour que les apprentissages théoriques deviennent concrets sur le terrain.

Dates : 15 et 16 mai 2023 en inter-entreprises

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 450   HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (customisation du programme existant) : 1500   HT/jour

Stages sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 2000   HT/jour

Formation & compétences

Formateur occasionnel	p. 20
Les méthodes pédagogiques et outils associés	p. 21
Transmettre ses compétences dans le cadre d'un binôme	p. 22
Tuteur, parrain, accompagnant en entreprise	p. 23

Formateur Occasionnel

Objectif : Votre rôle consiste à former vos collègues, collaborateurs ou clients. Vous devez transmettre vos compétences, vos connaissances métier, à un public composé de plusieurs personnes (entre 6 et 12). Ce stage vous permettra de concevoir un module de formation et de l'animer en utilisant la pédagogie appropriée et dans les conditions d'efficacité maximales.

Durée : 1 ou 2 jours

Public : formateurs internes, toute personne devant transmettre un message à un public en vue de transférer ses connaissances.

Programme :

- Principes de pédagogie adultes
- L'apport des neurosciences
- Comment concevoir un module de formation ? Processus de création, scénario pédagogique, supports, exercices...
- Les publics
- Les différentes méthodes pédagogiques
- Les compétences du formateur
- Techniques d'animation
- L'évaluation d'efficacité de la formation
- Aspects pratiques

Pédagogie :

Ce stage alterne apports théoriques, échanges, outils pratiques et exercices. Les formations à animer par les participants servent de fil rouge à son déroulement.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Ce stage fait l'objet d'un QCM de vérification des connaissances et d'une restitution personnalisée de l'exercice pratique.

Dates :

16 et 17 février 2023 en inter-entreprises

2 novembre 2023 (et 3 novembre avec les méthodes pédagogiques accolées)

Tarifs :

Stages inter-entreprises : 450 €HT/pers./jour

Stages intra-entreprise : 2500 €HT les 2 jours.

Les méthodes pédagogiques et outils associés

Objectif : Ce stage a pour l'objectif de pratiquer les différentes méthodes pédagogiques en fonction des objectifs de la formation et des attentes du public à former. Il constitue un approfondissement du stage de formateur occasionnel.

Durée : 1 jour

Public : formateurs occasionnels, enseignants

Programme :

- Les différentes méthodes pédagogiques et leurs caractéristiques
- Contextes d'utilisation en fonction de l'objectif à atteindre
- Quelle méthode nous est plus familière ?
- Comment s'adapter aux autres ?
- Relire ses formations et les ré-adapter si nécessaire
- Les outils pédagogiques : jeux, jeux de rôle, Quizz, simulateurs, scénettes ...
- Les nouvelles approches pédagogiques (e-learning, réalité virtuelle, moocs, classe virtuelle ...)
- Exercices pratiques et simulations

Pédagogie :

Ce stage est essentiellement composé d'exercices pratiques, de diagnostics et de simulations. Nous utilisons une alternance de pédagogie réflexive et pratique.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Ce stage permet de revisiter les modules ou formations déjà créés à l'éclairage de ces différentes pédagogies. Les participants ont des pistes d'amélioration concrètes de leurs formations et s'entraînent à changer de modalités.

Dates :

21 mars 2023

3 novembre 2023

Tarifs :

Stages inter-entreprises : 450 €HT/pers./jour

Stages intra-entreprise (6 personnes maximum) : 1500 €HT

Transmettre ses compétences dans le cadre d'un binôme

Objectif : Vous êtes chargé de transférer vos compétences et savoir-faire à une autre personne dans le cadre d'un binôme. Ce stage vous permettra d'adopter la bonne attitude, la pédagogie adaptée et des outils pour bien assumer votre mission.

Durée : 1 jour

Public : managers-tuteurs, parrains, mentors, formateurs-terrain.

Programme :

- Savoir quel est votre rôle et délimiter le cadre de la relation
- Les principes de pédagogie adulte
- Structurer les connaissances et la façon de les transmettre (KM, parcours,...)
- Etablir le calendrier et le programme de formation
- Choisir la pédagogie la plus adaptée à la relation au sein du binôme en fonction de la personnalité de chacun
- Accueillir la personne et établir la confiance
- Faire preuve d'autorité de compétences
- Dispenser la formation de façon efficace et structurée
- Les outils de suivi
- Evaluer la progression et l'efficacité, reconnaître la compétence
- Transférer l'expertise.

Pédagogie :

Ce stage alterne apports d'outils théoriques et pratiques. Des exercices et jeux de rôle permettent aux participants d'appréhender clairement les bonnes pratiques à mettre en place.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Ce stage doit absolument intervenir au moment où le binôme va se constituer et que le formateur est confronté à la situation formative. Il est intéressant d'associer la fonction RH ou le manager à la réussite et la mise en place du tuteur, ainsi que du tuteuré.

Dates : 11 juillet 2023 - 15 décembre 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises : 450 €HT/pers.

Stage intra-entreprise (customisation d'un programme existant) : 1200 €HT la journée, 1500 €HT en cas de rallongement de la durée du stage à 1,5 jours.

Accompagnement individuel particulier : 250 €HT la séance de 1h30.

Tuteur, parrain, accompagnant en entreprise

Objectif : La posture du tuteur est différente de celle d'un manager ou d'un formateur. Accueillir, faire grandir, former, accompagner, évaluer les progrès, motiver et faire un feed-back sont des rôles dévolus au tuteur, qui souvent fonctionne à l'aide de son expérience et d'une bonne dose de bon sens. Parfois cela suffit, parfois non ! Or attirer les talents...et surtout les garder est une exigence impérative pour une organisation. Ce stage permet de donner au tuteur les bonnes pratiques et les techniques garantes de succès.

Durée : 1 jour

Public : Toute personne amenée à être tuteur(trice) d'un jeune ou d'une personne en nécessité de progresser sur son domaine d'activité.

Programme :

- Introduction selon le process de tutorat existant dans l'entreprise ou l'organisation (acteurs concernés, enjeux, constitution des binômes, agenda...)
- Le rôle du tuteur dans l'organisation et le contrat de tutorat
- Le champ d'action du tutorat (à adapter selon contexte) : former au métier, aux savoir-être, favoriser l'intégration à la culture d'entreprise, changer les habitudes...
- Les compétences du tuteur
- Le niveau d'autonomie de la personne tutorée
- Préparer l'arrivée de votre tuteur
- Accueillir le tuteur et établir la confiance
- Les outils de la mission tutorale
- Savoir reporter dans le cadre d'une mission de tutorat
- Évaluer les acquis et le reste à faire
- Valoriser les succès, progrès et résultats
- Maintenir la motivation dans le temps
- Conclure la mission

Pédagogie :

Ce stage alterne apports théoriques, jeux de rôles, échanges et analyse des pratiques existantes, conception d'outils ad hoc...

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation : A l'issue du stage, le formateur positionne chaque participant sur une grille de compétences du tuteur, établie avec le participant et remise à l'entreprise avec son accord.

Dates : 12 mai 2023 - 20 juillet 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (customisation du programme existant) : 1200 €HT/jour

Communication inter- personnelle

Communiquer grâce à la PNL et à la CNV	p. 25
Savoir négocier dans une logique gagnant-gagnant	p. 26
Gérer les relations conflictuelles	p. 27

Communiquer grâce à la PNL et la CNV

Objectif : Comment améliorer sa communication pour être écouté et compris ? La PNL et la Communication non violente donnent des méthodes et outils pour accueillir la parole de l'autre, établir un rapport de confiance et communiquer en s'appuyant sur les faits.

Durée : 3 jours

Public : Toute personne qui souhaite connaître les techniques de communication et s'entraîner à prendre les bons réflexes.

Programme :

- L'accueil
- La synchronisation
- Le rapport de confiance
- La boucle relationnelle
- La communication verbale
- La communication non-verbale
- Le langage de la précision
- Savoir poser des questions
- La reformulation et le feed-back
- La carte du monde
- La boussole du langage
- Savoir dire non avec élégance
- Savoir exprimer une demande
- Préserver le lien dans la durée

Pédagogie :

Ce stage alterne apports théoriques et exercices pratiques, jeux de rôles.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un QCM d'évaluation des connaissances est proposé à l'issue de la formation.

Dates :

du 22 au 24 mai 2023

du 18 au 20 septembre 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (customisation du programme existant) : 3000 €HT pour 2 jours

Savoir négocier dans une logique gagnant-gagnant

Objectif : Ce stage donne des clés pour réussir ses négociations, dans un esprit gagnant-gagnant, et surtout de s'entraîner au processus et aux styles de négociations.

Durée : 2 jours

Public : Négociateurs d'entreprise

Programme :

- Principes de négociation
- Stratégies de négociation
- Les 6 styles de négociation
- La symétrie des attentions
- La négociation raisonnée (gagnant-gagnant)
- Préparer sa négociation
- La roue de la négociation (les étapes)
- Les compétences du négociateur
- Entraînement

Pédagogie :

Ce stage alterne principes théoriques et entraînement et études de cas.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un QCM mesure les connaissances acquises à l'issue du stage.

Dates : 5 et 6 juin 2023 en inter-entreprises

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 500 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (adaptation du programme existant) : 3000 €HT sur 2 jours

Gérer les relations conflictuelles

Objectif : le conflit est naturel dans les relations humaines. Parfois, il est sain quand il est le résultat de l'expression antagoniste d'idées riches et variées, mais parfois il est malsain quand il résulte de tensions latentes et d'incompréhensions qui s'éternisent et explosent comme un orage violent et non maîtrisable, ou qu'il vise l'identité des personnes. Ce stage donne des clés pour prévenir les conflits inter-personnels.

Durée : 2 jours

Public : Tout public

Programme :

- Principes de communication
- Se connaître pour identifier son style de communication
- Mécanismes conflictuels : du nœud relationnel à la boucle relationnelle
- La communication non-violente pour exprimer un besoin
- La prévention du conflit
- La gestion de crise
- Les issues positives au conflit : la négociation gagnant-gagnant
- La résolution du conflit
- Gérer les personnalités difficiles
- Exercices pratiques

Pédagogie :

Ce stage s'appuie sur les principes de communication en PNL, la Communication non-violente, des jeux de rôles et exercices pratiques en groupe.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un QCM d'évaluation des connaissances est proposé à l'issue du stage.

Dates :

Le 5 et 6 octobre 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise : 1500 €HT/jour

Développement des soft skills

Mieux se connaître et développer son écologie personnelle	p. 29
Mieux se connaître et développer ses compétences relationnelles	p. 30
Devenir acteur de sa vie : affirmer ses choix	p. 31
Gérer ses émotions, gérer son stress	p. 32
Mieux gérer son temps	p. 33
Atteindre un objectif, structurer son plan d'actions	p. 34
Développer la confiance en soi	p. 35
Développer sa créativité et son intuition	p. 36
Affronter ses peurs pour dépasser ses limites	p. 37
Identité et image de soi	p. 38
Se développer individuellement par le coaching	p. 39
Développer sa pensée critique pour bien vivre dans un monde digital	p. 40
Développer sa pensée globale et inter-disciplinaire	p. 41

Mieux de connaître et développer son écologie personnelle

Objectif : Trouver un équilibre entre vie au travail et vie personnelle par une meilleure connaissance de soi et de ses modes de fonctionnement. Mieux vivre son travail après la crise du Covid et développer des compétences de centrage.

Durée : 3 jours

Public : Toute personne qui souhaite trouver ses propres repères pour rester employable et efficace après la crise Covid avec le télétravail, sans pour autant frôler le burn-out, ni se désengager. Adapter son mode de vie.

Programme :

- Connaître ses préférences de fonctionnement
- Cultiver son écologie personnelle et structurer son temps
- Capitaliser son énergie
- Conserver son attention dans la durée
- Développer son autonomie professionnelle
- Faire attention à l'infobésité
- Travailler en mode synchrone ou asynchrone
- Télétravailler efficacement
- Alterner travail individuel et collectif
- Maîtriser les nouveaux outils de travail (outils collaboratifs, espaces de travail)
- Construire son plan de travail
- Réponse aux questions

Pédagogie :

Ce stage alterne apports théoriques, auto-diagnostics et exercices pratiques.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un QCM d'évolution de perception est proposé à l'issue de la formation.

Dates :

Du 1^{er} au 3 février 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (customisation du programme existant) : 3000 €HT pour 2 jours

Mieux se connaître et développer ses compétences relationnelles

Objectif : Comment développer son identité professionnelle et ses compétences relationnelles afin de mieux respecter ses besoins, donner du sens à son travail et piloter sa carrière.

Durée : 3 jours

Public : Toute personne qui se questionne sur ses compétences relationnelles et émotionnelles et souhaite les développer.

Programme :

- Distinguer compétences métier, techniques et les soft-skills
- Auto-diagnostic de ses compétences relationnelles
- Comment développer ses compétences relationnelles ?
- L'éco-système favorable : la symétrie des attentions
- Savoir réguler ses émotions
- Développer ses compétences émotionnelles pour dépasser ses limites
- L'empathie à la base du développement relationnel
- Développer le «care » dans son entreprise pour prendre soin de soi et des autres.

Pédagogie :

Ce stage alterne apports théoriques et exercices pratiques, jeux de rôles.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un QCM d'auto-diagnostic d'évaluation des connaissances est proposé à l'issue de la formation.

Dates :

Du 1^{er} au 3 mars 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (customisation du programme existant) : 3000 €HT pour 2 jours

Devenir acteur de sa vie : affirmer ses choix

Objectif : Reprendre le pouvoir d'agir sur ses choix de vie, dans le respect de son entourage, par une meilleure prise en compte de ses besoins et une découverte de ses modes de fonctionnement parasites.

Durée : 3 jours

Public : tout public

Programme :

- Arrêter de subir, s'engager
- Reconnaître les points bloquants
- Quelle intention se cache derrière mes comportements ?
- Soigner ses états internes et recharger son énergie
- Arrêter de reproduire les schémas du passé pour satisfaire notre ego
- Faire circuler les énergies
- Elargir les options, pouvoir choisir sa vie malgré les contraintes
- Arrêter de se plaindre, agir en responsabilité
- Les jeux psychologiques et leurs effets
- Les conséquences de mes actes
- Vivre en zéro parasitage
- Développer la conscience et son champs spirituel pour choisir ses pensées
- Contribuer pour être pleinement acteur
- Construire mon plan d'actions et aller vers le succès

Pédagogie :

Ce stage alterne apports théoriques, travaux en binômes ou sous-groupes et réflexion personnelle. La pédagogie est résolument tournée vers l'action.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Les participants prennent conscience de leur fonctionnement et construisent leur plan d'actions vers le changement attendu. Un questionnaire d'auto-évaluation leur est proposé avant et après le stage, avec mesure des écarts constatés.

Dates :

du 11 au 13 avril 2023

Tarifs :

Stages inter-entreprises : 450 €HT/pers./jour

Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance de 2h (10 séances maximum)

Accompagnement individuel particulier : 100 € la séance de 1h30.

Gérer ses émotions, gérer son stress

Objectif : Ce stage permet aux participants de prendre conscience des mécanismes mis en place pour gérer certaines situations génératrices d'émotions négatives, et de s'en libérer par une approche écologique et douce. Ainsi les émotions deviennent des guides précieux pour nous alerter sur nos besoins réels. Le stage abordera également les techniques qui permettent de se recharger en énergie positive pour mieux gérer ses états internes.

Durée : 2 jours

Public : Tout public

Programme :

- Les émotions : savoir les repérer
- Les mécanismes de défense de l'organisme et les réactions naturelles
- Les accueillir et les ressentir
- Que disent-elles de nous ?
- Le stress, définition et effets
- Facteurs déclenchants
- S'en prémunir et rendre l'éco-système écologique
- Propositions et témoignages
- Comment élever son niveau d'énergie ?

Pédagogie :

Ce stage alterne apports didactiques, exercices pratiques, réflexions et témoignages sur les pratiques anti-stress au travail.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un indicateur est choisi par chacun des participant en fonction de sa problématique, avec mesure avant-après le stage, et à un mois de distance de la formation.

Dates :

du 9 au 10 mai 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 500 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (adaptation du programme existant) : 1500 €HT/jour

Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance de 1,5h (10 séances maximum)

Mieux gérer son temps

Objectif : Qui n'a pas déjà connu de soucis d'efficacité professionnelle ou personnelle liée à sa gestion du temps ? Nos vies surchargées ne nous laissent que peu de temps, autant que ce temps soit investi dans des activités valorisantes ou satisfaisantes. Ce stage vous permet de comprendre votre façon d'intégrer le facteur temps dans vos activités quotidiennes par une analyse de votre planning, des « voleurs » de temps, et d'effectuer des réadaptations si nécessaire.

Durée : 1,5 jours

Public : Tout public

Programme :

- Notion du temps et méta-programmes liés au temps
- Les différents temps et comment les concilier ?
- Les voleurs de temps et comment les réduire, voire s'en débarrasser ?
- La gestion des priorités
- Les outils de gestion du temps
- Temps linéaire et temps circulaire
- Votre plan d'actions

Pédagogie :

Ce stage alterne apports théoriques, réflexion et partage d'expériences, exercices en lien avec la gestion du temps. La durée est adaptable en fonction des objectifs.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un outil d'analyse de son temps est fourni aux participants avant le stage, un plan d'action est bâti en cours de session, avec recadrage de l'agenda selon les priorités définies.

Dates :

19 juin et 20 juin matin 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers.

Stage intra-entreprise (adaptation du programme existant) : 1350 €HT la journée

Stages sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 1500 €HT/jour

Atteindre un objectif, structurer son plan d'actions

Objectif : Dans l'entreprise comme à la maison, nous avons tous des souhaits de progresser dans certains domaines, et la volonté seule ne suffit pas à nous guider pour nous faire atteindre nos buts. Grâce à ce stage, vous apprendrez à vous fixer des défis, des cibles ou un résultat à atteindre, à établir vos propres indicateurs de réussite et à proposer les actions qui vont jaloner votre chemin de la réussite. En route vers le succès !

Durée : 2 jours

Public : Tout public

Programme :

- Les caractéristiques d'un bon objectif (PREM/SMART...)
- Choisir le votre dans un domaine de votre vie
- Le définir et le matérialiser
- La cible à atteindre : visualiser l'état désiré
- La méthode SCORE
- La stratégie des objectifs
- Les alliances, les ressources,...
- Les premiers pas vers le succès
- Le plan d'actions
- Echéancier, balises et verrous
- Se récompenser, se reconforter, fêter les étapes
- Déterminez l'état d'esprit et les comportements facilitants
- Entraînement et ancrages

Pédagogie :

Ce stage alterne l'acquisition de techniques PNL, les exercices pratiques et la réflexion individuelle ou en binôme par rapport à ses objectifs personnels.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

La construction du plan d'actions personnalisé et l'ancrage des ressources sert d'outil d'évaluation de l'efficacité du stage.

Dates : 26 et 27 juin 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises : 450 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise : 1500 €HT/jour

Ce stage peut être proposé en coaching individuel en mode préparation mentale d'un événement à venir (examen, opération, ...). Pour le tarif, nous consulter.

Développer la confiance en soi

Objectif : La confiance en soi est un ingrédient indispensable à l'épanouissement individuel. Or certains d'entre nous en sont privés, ou sont chroniquement en déficit ou en manque. Ce stage permet aux participants d'y remédier, en trouvant les leviers et origines, puis de construire ou reconstruire l'estime de soi nécessaire à sa réalisation personnelle.

Durée : 2 jours

Public : Tout public

Programme :

- La confiance, à quoi ça sert ?
- Origines bio-chimiques de la confiance
- Construire l'estime de soi, pilier de la confiance
- Mécanismes de la confiance
- La valorisation et le feed-back positif
- Ancrer la confiance
- S'entraîner à sa mise en oeuvre
- Le rapport de confiance
- Savoir accorder sa confiance

Pédagogie :

Ce stage emprunte aux outils PNL et sophrologie, et alterne apports issus des neurosciences et exercices pratiques en binôme.

Pré-requis :

Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Ce stage donne lieu à un auto-diagnostic du niveau de confiance, appliqué avant et après la formation, avec mesure des progrès réalisés.

Dates :

3 et 4 juillet 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises : 450 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise : 3000 €HT les 2 jours

Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance de 2h (6 séances maximum)

Accompagnement individuel particulier : 100 € la séance de 1h30.

Développer sa créativité et son intuition

Objectif : Développer sa créativité s'apprend. Dans les entreprises, cette qualité est actuellement cultivée pour se différencier de la concurrence, s'adapter et « penser » le monde différemment. Ce stage, par son approche résolument pratique, ouvre les champs du possible et donne une véritable méthode pour améliorer ses capacités créatives et intuitives.

Durée : 2 ou 3 jours

Public : Tout public

Programme :

- Ce qui fait écran à la créativité
- Activer son cerveau droit
- Réfléchir « out of the box »
- Habituer son cerveau à voir les choses autrement
- Etre ouvert à l'inattendu
- Utiliser les synchronicités
- Développer sa sensibilité et son 6ème sens
- Etre en « avance de phase »
- Définir son projet artistique
- Définir son plan d'action

Pédagogie :

Ce stage utilise les connaissances issues des neurosciences et des pratiques de coachs et de thérapeutes reconnus dans leur domaine.

La pratique par un travail individuel et en sous-groupes permet de mieux définir où en sont les personnes et quel est leur projet créatif.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Le plan d'actions individualisé sert de modalité d'évaluation du stage. Il peut être repris en coaching individuel suite à ce stage si besoin.

Dates :

du 4 au 6 septembre 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises : 500 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (sur la base du programme inter) : 1500 €HT/jour

Stage intra-entreprise adapté au besoin spécifique du client : 6000 €HT pour 3 jours.

Coaching individuel pour aller plus loin : 300 €HT la séance d'1h30.

Affronter ses peurs pour dépasser ses limites

Objectif : Contrairement au stress, la peur paralyse. Elle déclenche des mécanismes qui s'enkystent dans le système cérébral et nerveux et bloquent toute pensée, prise de décision ou action. Comment se libérer de ses peurs ? C'est cette aventure que ce stage permet d'aborder.

Durée : 2 jours

Public : Toute personne sous l'emprise de la peur

Programme :

D'où vient la peur ?

Les principales peurs : peur d'être jugé, peur de se tromper, peur d'échouer, peur de tomber, peur d'être malade, peur d'être agressé, peur d'être rejeté, peur de mourir

Identifier ses peurs

Imaginer le scénario du pire

Oser être vulnérable

Prendre une initiative dans un domaine de ma vie où j'ai peur

Accepter sa spécificité, être soi-même, être vrai

Je commence à accepter ce qui vient

Réagir avec son cœur, arrêter de tout expliquer avec nos pensées

Faire de sa vie un roman (Bernard Werber : observer sa réalité)

Pédagogie :

Ce stage alterne aspects théoriques issues des recherches sur les neurosciences, des techniques de coaching et de PNL.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Une échelle des sensations permet de mesurer le niveau de peur avant et après le stage.

Dates : 9 et 10 novembre 2023

Tarifs :

Stages inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers./jour

Stages intra-entreprise (customisation d'un programme existant) : 1500 €HT/jour

Stages sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 2000 €HT/jour

Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance de 2h (10 séances maximum)

Accompagnement individuel particulier : 100 € la séance de 1h30.

Identité et image de soi

Objectif : Suis-je bien au clair avec moi-même ? Qui je suis vraiment, qui j'ai envie d'être, l'égo que je me suis fabriqué, l'image que je renvoie de moi-même, toutes ces figures sont-elles alignées ? Cette quête de soi peut durer une vie parfois. Nous faisons le pari que traiter cette question avec d'autres accélère le développement de son identité et permet une réconciliation des facettes de notre être.

Durée : 3 jours (2 + 1)

Public : Tout public

Programme :

- Définitions : l'égo, la personnalité, l'identité, l'image
- Renforcer son identité pour apaiser son ego
- Une étoile brille, sans se comparer aux autres
- Comment trouver son identité et la mettre en valeur ?
- Comment la vivre au quotidien dans le respect de soi et des autres ?
- Etre aligné dans ses différents rôles pour une vie plus épanouie
- Quelle image les autres me renvoient de moi ?
- Quelle image je veux donner de moi ?
- Qui je veux être et qu'est-ce que ça implique ?
- L'être versus le paraître
- Ma mission de vie

Pédagogie :

Ce stage alterne les apports théoriques et les exercices individuels ou en sous-groupes, dans un climat de confiance qui s'installe au fil des journées.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Les participants choisissent eux-mêmes les indicateurs qui leur permettront de dire ce que le stage leur a apporté en termes d'utilité et d'efficacité.

Dates : 20 au 22 novembre 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers./jour

Stages sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 1500 €HT/jour

Accompagnement individuel professionnel : 300 € la séance de 2h (6 séances maximum)

Accompagnement individuel particulier : 100 € la séance de 1h30.

Se transformer individuellement par le coaching

Objectif : Nous avons tous des choses à transformer qui nous embêtent au quotidien, soit parce que nous avons des réactions inadaptées ou parce que nos comportements ne sont pas exactement comme nous le souhaiterions. Ce stage offre l'opportunité de traiter efficacement un objectif, avec un changement réel et mesurable, pérenne dans le temps.

Durée : 2 jours

Public : Tout public

Programme :

Définition du coaching

Le contrat et les engagements des parties

Les attentes de la séance en termes de transformation

Oser, passer de l'inconnu à la maîtrise

Une technique PNL : le recadrage en 6 points

Une technique issue des Techniques Comportementales et cognitives : le coaching bref selon A. Cayrol

Le pouvoir des mots, le pouvoir de l'inconscient

Application pratique

Pédagogie :

Ce stage alterne les apports didactiques et la pratique en binôme ou trinôme.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

L'échelle de transformation en cours de stage est appliquée avant et après la formation. Un suivi téléphonique des résultats obtenus hors séance est réalisé 1 mois environ après le stage.

Dates : 28 et 29 août 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (adaptation du programme) : 1500 €HT/jour

Accompagnement individuel professionnel : 300 € la séance de 2h (4 séances maximum)

Accompagnement individuel particulier : 100 € la séance de 1h30.

Développer sa pensée critique pour bien vivre dans un monde digital

Objectif : Savoir démêler le vrai du faux dans un monde où le virtuel, les fake-news, l'apparence, sont de plus en plus présents dans notre vie quotidienne, devient une compétence ressource nécessaire à l'équilibre personnel. Ce stage permet de comprendre les facteurs clés qui induisent les erreurs d'interprétation et de revenir à une posture plus objective.

Durée : 2 jours

Public : Tout public

Programme :

- Principes de perception : notre carte du monde
- Les principales déformations de notre jugement (PNL)
- La boussole du langage
- Analyser l'information de façon objective
- La pensée et les biais de raisonnement
- Rétrospective historique
- La dialectique
- Bien utiliser sa pensée critique
- Construire une argumentation
- Exercices d'éloquence

Pédagogie :

Ce stage alterne aspects théoriques issues des recherches sur les neurosciences, des techniques de coaching et de PNL.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un exercice d'analyse critique est proposé aux participants selon le test Watson Glaser™ III (ce test est refacturé au client).

Dates : à la demande

Tarifs :

Stages inter-entreprises (pas de dates inter en 2023) : 450 €HT/pers./jour

Stages intra-entreprise (customisation d'un programme existant) : 1500 €HT/jour

Stages sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 2000 €HT/jour

Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance de 2h (10 séances maximum)

Accompagnement individuel particulier : 100 € la séance de 1h30.

Développer sa pensée globale et inter-disciplinaire

Objectif : Dans le monde actuel, il devient important de faire des connections entre plusieurs disciplines et d'avoir une vision globale d'une situation pour décider de façon appropriée. Ce stage vous donne des informations sur le fonctionnement de la pensée linéaire, et vous ouvre de nouvelles perspectives pour entraîner à la pensée globale.

Durée : 2 jours

Public : Tout public

Programme :

- Apport des neurosciences
- La pensée analytique (linéaire ou séquentielle)
- La pensée globale (ou systémique)
- Faire des connections, associer des idées
- Représenter graphiquement une réalité
- Représenter un processus
- Identifier les trous noirs, les dysfonctionnements
- Gérer les interfaces

Pédagogie :

Ce stage alterne aspects théoriques issues des recherches sur les neurosciences, des exercices issus de la systémie et du design graphique.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Les participants devront modéliser un système complexe de leur choix à l'aide de l'outil le plus approprié (nous recommandons un logiciel, mais chacun pourra choisir le moyen technique de son choix).

Dates : à la demande

Tarifs :

Stages inter-entreprises (pas de dates inter en 2023) : 450 €HT/pers./jour

Stages intra-entreprise (customisation d'un programme existant) : 1500 €HT/jour

Stages sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 2000 €HT/jour

Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance de 2h (10 séances maximum)

Accompagnement individuel particulier : 100 € la séance de 1h30.

Transition sociétale

Devenir un coopérateur épanoui	p. 43
Changer la gouvernance de son entreprise	p. 44- 45
Passer d'une logique de compétition à une logique de coopération	p. 46
Libérer son entreprise	p. 47
Mettre en œuvre une politique de développement durable dans son entreprise	p. 48
Vers une société plus résiliente	p. 49

Devenir un coopérateur épanoui

Objectif : Passer d'une logique de compétition à une logique de coopération ne s'improvise pas. Quels mécanismes et quel environnement doit-on mettre en place pour que cela fonctionne ? Quels changements les individus doivent opérer pour que chacun s'y retrouve, dans l'intérêt collectif ? Ce stage permet non seulement d'identifier les leviers, mais également aux participants de travailler sur leur posture et leurs croyances pour s'entraîner à devenir de bons coopérateurs.

Durée : 3 jours

Public : toute personne qui se trouve dans une situation de changement de paradigme et veut s'adapter à son nouvel environnement en adoptant les bonnes pratiques sur le fond.

Programme :

- Education, culture et principes fondateurs de nos comportements
- Les injonctions, les présupposés
- Théorie X, Y
- L'environnement favorisant la coopération
- Les mécanismes de la coopération
- Les nouvelles valeurs à développer
- Apprendre à raisonner collectif, sans perdre sa spécificité
- Principes de communication
- Systèmes de régulation
- S'entraîner à la coopération

Pédagogie : ce stage alterne les échanges, débats, partages d'expériences et exercices ludiques pour apprendre à coopérer efficacement.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation : Les participants repartent avec un programme personnalisé et des exercices d'entraînement à reproduire une fois le stage terminé.

Dates :

A la demande

Tarifs :

Stage inter-entreprises : 450 €HT/pers./jour (pas de dates inter en 2023)

Stage intra-entreprise : 4500 €HT

Changer la gouvernance de son entreprise

Objectif : Quelle organisation, entreprise ou association n'est pas confrontée à des dérives d'une gestion autocratique, ou noyauté par un ou plusieurs de ses membres, rendant difficile l'exercice du pouvoir et pouvant mettre à mal toute l'organisation ?

Ce séminaire a pour objectif d'accompagner les Chefs d'Entreprise, Comités de Direction ou Gérants à devenir une réelle instance de décision et de pilotage de leur organisation, dans le respect des valeurs et des personnalités de chacun.

Durée : ½ journée de préparation + 1,5 jours de face-à-face pédagogique + ½ journée de feed-back (en intra uniquement).

La durée peut varier en fonction de l'importance des enjeux, des facteurs multi-culturels et de la géolocalisation des équipes.

Public : Membres de Comités de Direction, Gérants, Présidents d'Associations...

Programme :

Préparation : sous forme d'entretiens semi-directifs avec chacun des membres dirigeants, de visu ou par téléphone/skype. Objectif : connaître les participants, comprendre les enjeux et recueillir les attentes.

Séminaire :

Première ½ journée : restituer collectivement la compréhension de la commande et des enjeux - formaliser l'objectif et les moyens d'y parvenir (établir un « contrat de confiance »).

Journée avec l'ensemble des participants : A partir de l'objectif, designer les contours du Comex « désiré », trouver les ressources au sein de l'équipe ou en dehors, établir le plan d'actions, éditer la charte comportementale, répartir les rôles, revoir les principaux processus de décision, statuer sur la prise de décision.

S'exercer sur un cas pratique : le plan d'entreprise, le choix des activités, la planification stratégique, l'introduction d'un nouveau produit, la mise en œuvre d'un projet d'entreprise...

La séance se conclut avec l'engagement sur le plan de suivi et les rituels.

La dernière demi-journée à un mois d'intervalle sert de retour d'expérience sur ce qui a fonctionné ou non, et les réajustements nécessaires.

Pédagogie :

la pédagogie utilisée dans ce stage est essentiellement pratique, avec un travail de réflexion collective.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

La production des 2,5 jours sert de modalités d'évaluation du stage, ainsi que le plan d'actions qui en découle.

Dates : à la demande

Tarifs :

Stage sur mesure (accompagnement dédié à une équipe) : 2000 €HT/jour
(préparation 800 €HT/demi-journée).

Passer d'une logique de compétition à une logique de coopération

Objectif : Face aux défis sociétaux que nous traversons, les paradigmes du passé ne s'appliquent plus. Nous devons inventer notre futur sur la base d'autres logiques. Tous les champs sont touchés : l'éducation, l'enseignement, la consommation, la production, les relations entre les citoyens et entre les Etats, le pouvoir, l'argent...Ce stage part du principe quantique que nous sommes tous reliés, et que nous ferons face collectivement aux défis actuels, ou pas du tout. Adopter une logique de coopération devient alors la seule perspective possible.

Durée : 2 jours

Public : Tout public

Programme :

- Qu'est-ce que la logique de compétition ?
- L'influence de notre éducation et nos conditionnements
- Les effets à court, moyen et long terme
- Stratégie individuelle contre stratégie collective
- Poussons la logique encore plus loin
- La remise en cause nécessaire, mettre les compteurs à zéro
- Qu'est-ce que la coopération et comment fonctionne-t-elle ?
- Ses effets bénéfiques sur les plans individuel et collectif
- Comment la mettre en œuvre ?
- Les compétences et nouveaux comportements à générer
- Expérimentons
- Mesurons les résultats
- A vous de jouer et de semer des graines !

Pédagogie :

La pédagogie utilisée est principalement celle du jeu de la simulation, avec quelques apports théoriques.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Un questionnaire de perception est administré en début et en fin de programme pour voir les changements opérés (pensée et comportement).

Dates : du 27 au 28 novembre 2023

Tarifs :

- Stage inter-entreprises : 450 €HT/pers./jour
- Stage intra-entreprise (adaptation du programme existant) : 1500 €HT/jour
- Accompagnement individuel professionnel : 250 € la séance de 1h30 (8 séances maximum)
- Accompagnement individuel particulier : 100 € la séance de 1h30.

Libérer son entreprise

Objectif : Ce stage s'adresse aux dirigeants souhaitant s'orienter vers une entreprise plus responsabilisante, moins hiérarchisée et favorisant l'autonomie et l'initiative. Il permet de comprendre les éléments clé d'un management responsabilisant, les étapes pour le mettre en œuvre, et les changements à opérer avant d'y parvenir.

Durée : 2 jours

Public : Dirigeants d'entreprise, cadres de Direction

Programme :

- La prise de conscience vient toujours d'en haut
- Etre un dirigeant éclairé
- Nourrir la vision
- Les premiers pas
- Oser faire confiance
- Libérer la parole et les énergies
- Accompagner le mouvement
- Nouveaux enjeux, nouvelles règles
- Adapter son management
- Les premiers résultats
- Tenir dans la durée

Pédagogie :

Ce stage valorise les échanges et les cas d'entreprises ayant déjà expérimenté le passage à une structure plus libre. La visite d'une entreprise libérée est prévue sur une demi-journée.

Pré-requis : Diriger une entreprise.

Modalités d'évaluation :

Chaque participant repart avec son plan d'actions personnalisé, qui tient compte de son contexte et de ses envies.

Dates :

4 et 5 décembre 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 600 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (adaptation du programme au contexte de l'entreprise) : 1500 €HT/jour

Accompagnement collectif : 1000 €HT la demi-journée.

Mettre en œuvre une politique de développement durable dans son entreprise

Objectif : Ce stage s'adresse aux dirigeants souhaitant changer leur modèle d'affaires afin que toutes les parties prenantes soient impliquées dans un projet de responsabilité sociétale d'entreprise.

Durée : 2 jours

Public : Dirigeants d'entreprise, cadres de Direction

Programme :

- La raison d'être de l'entreprise
- Les enjeux actuels d'autonomie territoriale
- Analyser son éco-système
- Identifier les parties prenantes et leurs besoins
- L'économie circulaire et de la fonctionnalité peut-elle répondre aux enjeux de l'entreprise ?
- Comment décliner le développement durable dans les différentes politiques de l'entreprise
- L'éco-conception et le cycle de vie des produits
- RSE et labels
- Les objectifs dans chaque domaine
- Elaborer son plan d'actions
- Acculturer les salariés, système de valeurs et engagement
- Mesurer les résultats

Pédagogie :

Ce stage est un mixte entre les apports et les échanges entre entreprises ayant déjà engagé une démarche RSE et/ou obtenu un label (ex. Bcorp).

Pré-requis : Diriger une entreprise.

Modalités d'évaluation :

Chaque participant repart avec son plan d'actions personnalisé, qui tient compte de son contexte et de ses contraintes.

Dates : 9 et 10 mars 2023

Tarifs :

Stage inter-entreprises (consulter notre planning) : 600 €HT/pers./jour

Stage intra-entreprise (adaptation du programme au contexte de l'entreprise) : 1500 €HT/jour

Accompagnement collectif : 1000 €HT la demi-journée.

Vers une société plus résiliente...

Objectif : Certaines personnes ont une capacité à dépasser les traumatismes qu'elles ont vécus alors que d'autres mettent beaucoup de temps à s'en sortir, voire ne s'en sortent jamais. Ce stage vous permettra de découvrir les clés qui permettent au processus de résilience de s'enclencher et de s'accélérer, pour une vie plus épanouie.

Durée : 1 jour

Public : Tout public, notamment ceux qui ont connu un événement traumatique dans le domaine professionnel (licenciement, burn-out,...) ou personnel (divorce, problèmes financiers...).

Programme :

- Qu'est-ce que la résilience ?
- Repères historiques et culturels en France
- Comment rebondir après un échec ?
- Echanges d'expériences vécues
- Les 3 volets de la résilience : technique, psychologique, énergétique
- Les mécanismes qui enclenchent la résilience
- Encourager les 1ers pas, soutenir
- Développer ses ressources internes
- Transmettre cette capacité autour de soi

Pédagogie :

La parole est libératrice, ce stage favorise les échanges de bonnes pratiques, en toute bienveillance.

Pré-requis : Aucun pré-requis n'est exigé pour cette formation.

Modalités d'évaluation :

Pas d'évaluation prévue pour ce stage, chacun étant sur son propre chemin. Une proposition de coaching individuel est faite à celles et ceux qui veulent poursuivre.

Dates :

Le 16 mars 2023 - le 18 juillet 2023

Tarifs :

Stages inter-entreprises (consulter notre planning) : 450 €HT/pers./jour

Accompagnement individuel professionnel : 300 € la séance de 2h (8 séances maximum)

Accompagnement individuel particulier : 100 € la séance de 1h30.

Entrepreneuriat

Parcours entrepreneurial

p. 51

Parcours entrepreneurial : concrétiser son idée désirable pour en faire une entreprise viable

Objectif : Ce parcours s'adresse aux porteurs de projets qui souhaitent créer leur entreprise, seuls ou à plusieurs, dans le but de concrétiser leur projet, le tester, trouver le modèle d'affaires qui leur permettra de se réaliser à travers l'expérience de l'entrepreneuriat, tout en en tirant des revenus.

Durée : 10 jours

Public : Porteurs de projet, intrapreneurs souhaitant devenir entrepreneurs

Programme :

- Etat des lieux du projet et diagnostic
- Etude du modèle socio-économique et mesure des impacts
- Communiquer sur soi, son entreprise et son offre
- Accompagnement personnel de l'entrepreneur
- Accompagnement commercial
- La posture d'entrepreneur
- Accompagnement juridique, fiscal et financier
- S'appuyer sur un réseau d'experts
- Evaluation des compétences de l'entreprise et des besoins de formation
- Suivi et bilan

Pédagogie :

Ce parcours s'étale sur 8 mois et alterne journées de formation collectives et accompagnement personnalisé.

Pré-requis : Avoir un projet de création d'entreprise.

Modalités d'évaluation :

Chaque participant est suivi par un référent entreprise, avec lequel il partage ses progrès, ses doutes, ses questionnements.

Dates : 1^{er} semestre 2023 - nous consulter

Tarifs :

Parcours « boot camp » uniquement : 2500 €HT/pers. Tout compris



www.viasens.fr
contact@viasens.fr
tel. 06 83 89 92 37