

Objectifs de la formation :

À l'issue du parcours de formation, l'apprenant sera capable de :

MIEUX SE CONNAITRE

- Identifier son type de personnalité.
- Repérer ses conditions de réussite et savoir les utiliser.
- Identifier les situations qui, pour soi, sont sources de stress et apprendre à les gérer.

MIEUX CONNAITRE L'AUTRE

- Être capable d'identifier le type de personnalité de ses interlocuteurs, pouvoir repérer leurs sources de motivation et développer celles-ci.

GERER SON STRESS et les mécanismes d'échec

- Comprendre la « communication » et la gérer.
- Identifier les comportements sous stress, les masques lorsque nous communiquons.

Formation réalisée par des professionnels consultants et formateurs du secteur.

Public visé :

Public : Tout public

Prérequis :

- Savoir lire et écrire.
- Compléter l'évaluation prédictive de la formation.

Contenu de la formation :

Phase 1 : Compréhension du Modèle Herrmann

- Le HBDI et le modèle Cerveau Total « cadrage »
- La métaphore du feu de circulation
- Inné vs. Acquis ?
- Le principe d'organisation du modèle
- Les 4 quadrants, nos 4 différents « moi »
- Le modèle : sa portée et ses utilisations possibles

Phase 2 : Les différents registres et les différents styles de communication

- Impact des styles de pensée : Comment les dominances cérébrales mènent à des résultats en entreprise, en apprentissage et dans la vie.
- Point de force de chaque quadrant.

Phase 3 : Identifier la perception des autres

- Votre profil HBDI, le profil de vos collaborateurs.
- Les clés pour exploiter au mieux son propre profil.
- Apprendre à mieux travailler ensemble en optimisant notre façon d'aborder et de traiter les situations professionnelles auxquelles nous sommes confrontées.
- Les activités de travail et les mots clés.
- Effet de l'humeur sur le profil HBDI.
- Explorer les conséquences et les différences.
- Préférences et évitements : application à travers la communication.

Phase 4 : Comprendre les générateurs de stress

- Les règles du jeu. Qui fait quoi ? Comment, quand ?
- La résistance au changement : une dynamique et un facteur crucial (nouvelle équipe, nouveau marchés, fusion, absorption, situations intergénérationnelles...).

Phase 5 : Adopter des comportements efficaces pour sortir des conflits

- Comprendre les stratégies des acteurs, la notion de contrainte et de pouvoir.
- Identifier et utiliser sa marge de manœuvre.
- Appréhender et utiliser « la boussole du langage » pour intervenir efficacement.
- Manager : s'ouvrir pour rétablir la confiance.
- Comprendre les « jeux psychologiques » pour les éviter et ne pas les reproduire.

Démarche et modalités pédagogiques :

Méthodes et évaluations

- Recueil des attentes des stagiaires et de leurs motivations (tour de table...)
- Jeux en groupe et individuel, interactions et mises en situation sous forme de jeux de rôle,
- Package pédagogique avec manuel HERRMANN
- Evaluations formative et sommative,
- Document d'évaluation de satisfaction,
- Formation associant aspects théoriques et implications pratiques
- Etude en groupe de cas concrets
- Confrontation d'expériences diversifiées
- Attestation de présence

Outils pédagogiques

- Support Powerpoint et cartographies
- Rétroprojecteur et envoi dématérialisé d'un support de formation

Couts et durée	Validation
----------------	------------

Durée de la formation : 3 jours soit 21 heures

- Attestation de présence
- Certificat de réalisation

Type de contrat : Convention de formation continue

Tarif de la formation :

- **Inter** : 43€ Net de taxe / heure / personne soit 301€ Net de taxe / jours / personne
Soit pour 3 jours : 903€ Net de taxe
- **Intra** : 1 200€ Net de taxe / jour
Soit pour 3 jours : 3600€ Net de taxe

Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action et de suivre les résultats :

- Contrôle continu au cours de la journée par des exercices de mise en pratique
- QCM début et fin de formation
- Feuille d'émargement confirmée par une attestation

Indicateurs de résultat

	2023	2024
Taux de satisfaction	99,97%	99,96%
Taux de réussite	100%	100%

ACCESSIBILITÉ

- Gare à 10 minutes à pied
- Stationnement gratuit rue Aristide Briand
- Bus de l'agglomération Chauny-Tergnier-La Fère TACT : <https://www.bus-tact.fr/>
- Localisation en centre-ville donc possibilité de se restaurer en extérieur

Pour plus de renseignements, contactez-nous : contact@codeveloppement-rh.com ou 03 23 52 82 77



Le Centre de Formation Co Développement RH s'engage à tout mettre en œuvre pour permettre l'accessibilité de son offre en fonction des besoins et compte tenu des difficultés particulières liées aux handicaps des personnes concernées grâce à ses deux référentes handicap, NOIROT Maud et GOYARD Sophie, que vous pouvez contacter au 03 23 52 82 77.