

# Formation

PRÉPARONS L'APRÈS-CRISE  
MAINTENANT





## Public

- Managers, Directeurs, chef de projet

## Délais d'accès

- Entre 5 et 15 jours ouvrés

## Durée

- 3 jours : soit 2 jours (à distance) + 1 jour (en présence)

## Pré-requis

- Cette formation ne nécessite pas de prérequis

## Objectifs pédagogiques

- Connaître les émotions pour les prendre en compte dans un projet de changement
- Comprendre les principes de l'animation d'un atelier collaboratif
- Déterminer les stratégies à adopter en fonction de ses objectifs, du contexte et des enjeux

# Compétences visées

---

- Management bienveillant
- Démarche appréciative
- Accompagnateur du changement

# Méthodes pédagogiques

---

1. Les pédagogies de cette formation sont inductives, actives et participatives, avec anecdotes et applications :
  - 2 séances en individuel pour suivre le parcours du participant
  - 4 programmes en ligne
  - 1 séance collective pour partage des bonnes pratiques

# Programme

---

## 1. Animer un atelier collaboratif à distance

- C'est quoi un atelier collaboratif ? définition, objectifs, enjeux d'un atelier
- Partage des bonnes pratiques en amont pendant et après l'atelier
- Les outils de l'animation d'un atelier collaboratif : la boîte à outils de l'animateur et celle des participants
- Les enjeux de l'animation à distance : outils de Visio, confidentialité, contexte des participants (environnement, ...), durée ,rythme.

## 2. Apprendre à gérer ses émotions et à accepter celles des autres

- C'est quoi l'intelligence émotionnelle ? définition, bases scientifiques du fonctionnement de nos cerveaux.
- Comprendre les messages envoyer par nos émotions pour y répondre
- Découvrir les sources de l'empathie « naturelle »
- Les principes de la communication non violente : les étapes de la méthode, les principaux besoins
- 3 techniques basées sur nos sens pour gérer l'accueil de nos émotions

## 3. Construire une équipe en 5 étapes à l'aide de la préparation mentale

- Comprendre les étapes nécessaires pour une construction d'équipe, pour un collectif fort et harmoniser.
- Les valeurs, les rôles, les missions, les objectifs de mon équipe : comment harmoniser ces approches ?
- Les bases de la motivation interne et externe pour intégrer les ressorts à notre management.

## 4. Harmoniser nos 4 cerveaux pour engager le changement

- Comprendre les 4 cerveaux : gauche, droit, émotionnel et reptilien
- Harmoniser les 4 cerveaux de notre équipe passe par une harmonisation individuelle
- Comprendre les besoins spécifiques des 4 cerveaux : plan / vision / émotion / passage à l'action

# Tarif

---

Formation sur-mesure - Nous consulter

## Accessibilité

---

Les modalités d'accès (numériques, physiques, informatives) sont prévues au cas par cas par chaque agence du groupe Naooen. Pour toute question à ce sujet, n'hésitez pas à vous référer à la page accessibilité [www.naooen.com/accessibilite](http://www.naooen.com/accessibilite), ou auprès de votre contact au sein de l'agence.

## Evaluation

---

Fiche individuelle d'appréciation de la formation  
Attestation individuelle de participation

## Validation

---

Attestation de formation

## Suite de parcours / débouchés

---