



MODE OPÉRATOIRE

Qualiopi
processus certifié

Dd **Datadock**



DÉVELOPPEMENT RH

Lâcher prise

Objectifs pédagogiques

- D'identifier la nature des activités et des tâches dans lesquelles il sera le plus à l'aise et les domaines dans lesquels il aura plus de difficultés,
- De structurer et de transmettre des messages efficacement, communication non violente...,
- De capter et de décoder les messages de ses interlocuteurs, identifier les messages contraignants...,
- D'identifier son profil sous stress et de l'impact que celui-ci peut avoir sur lui-même et les autres,
- De maîtriser les éléments de son environnement de travail.

Programme : Aptitudes et compétences

Phase 1 : Compléter le questionnaire HBDI® sur internet

- Un livret explicatif qui comporte 4 sections :
- Connaître l'approche des Préférences Cérébrales HERRMANN,
- Lire votre profil pas à pas,
- Explorer votre profil,
- Situer votre profil parmi les autres.

Phase 2 : Formation communication.

- Le HBDI et le modèle Cerveau Total « cadrage »,
- Le principe d'organisation du modèle,
- Les 4 quadrants,
- Nos 4 différents « moi », mes énergies positives et négatives,
- Le modèle : sa portée et ses utilisations possibles pour soi et les autres,
- Point de force de chaque quadrant,
- 4 styles de fonctionnement / Le voyage dans les 4 quadrants : Les 4 F, les 4 R...,
- Conséquences de nos différents style de la pensée dans notre manière de communiquer au quotidien, de résoudre des problèmes, de prendre des décisions, d'organiser...,
- Votre profil HBDI. Le profil de vos collègues, clients, famille,
- Les clés pour exploiter au mieux son propre profil,
- Apprendre à mieux communiquer ensemble en optimisant notre façon d'aborder et de traiter les situations professionnelles auxquelles nous sommes confrontés,
- 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,
- Le plan d'action,
- Comment chacun d'entre nous peut utiliser ses ressources quotidiennement,
- Communiquer à cerveau total au quotidien,
- Identifier les préférences de nos différents interlocuteurs,
- Adapter sa communication à ses différents interlocuteurs,
- Votre profil : auto positionnement / évaluation en face de son référentiel : attitudes et comportements,
- Faire le point sur son propre niveau de maîtrise,
- Les clés pour exploiter au mieux son propre profil (points forts ou à améliorer),
- Changer un comportement déplaisant,
- Réflexion sur la délégation,
- Assertivité,
- Écoute,



MODE OPÉRATEUR

Qualiopi
processus certifié

Dd Datadock



DÉVELOPPEMENT RH

Lâcher prise

METHODES MOBILISEES

- Recueil des attentes des stagiaires et de leurs motivations (tour de table, mind mapping (cartographie)),
- Support Powerpoint et cartographies,
- Package pédagogique avec manuel,
- Jeux en groupe et individuel ; interactions et mises en situation sous forme de jeux de rôle,
- Outils pédagogique : Diversity et ChatAbout,
- Évaluations formative et sommative,
- Document d'évaluation de satisfaction,
- Attestation formation individualisée,
- Attestation de présence.

MODALITES D'EVALUATION

- Evaluation prédictive.
- Evaluation formative.
- Evaluation sommative.
- Mise en situation de l'apprenant avec analyse critique.

PUBLIC

- Toutes personnes amenée à communiquer dans le cadre et l'optimisation de sa relation aux autres avec sérénité,
- Salariés, demandeur d'emploi individuel, contrat de professionnalisation,
- Cette formation est éligible au plan de formation et a un financement personnel,
- Tout âge, mixité de publics.

PRÉ REQUIS

- Savoir lire et écrire,
- Avoir complété le formulaire HERRMANN,
- Compléter l'évaluation prédictive de la formation.

DUREE DE L'ACTION DE FORMATION (EN HEURES ET EN JOURS)

- 2 jours soit 14 heures.

DÉLAI D'ACCÈS

- Inscription minimum 15 jours avant le début de la formation

TARIFS

- Tarifs préférentiels dans le cadre des guides formations AKTO réseau OPCALIA-OCAPAT-OPCO2i. Nous consulter.
- Tarif : 40€/ heure soit 280€/jour
- Soit pour 2 jours 560€HT soit 672€ TTC

ACCESSIBILITE

- Etablissement ayant reçu un avis de la CCDSA relatif à l'accessibilité aux personnes handicapés.
- Ayant un point dérogatoire sur l'impossibilité technique d'accès à l'établissement par trois marches (Présentant un dénivelé de 0.46m).