cap Intelligence Émotionnelle

Vos besoins deviennent nos objectifs

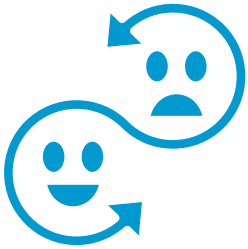
OFFRE
GESTION DES CONFLITS
& AGILITÉ COMPORTEMENTALE

CLAUDIE SELIG

35 rue principale à DAHLENHEIM

cap-intelligence-emotionnelle.com

contact@cap-intelligence-emotionnelle.com



cap Intelligence Émotionnelle

Gestion des conflits

Comment gérer une relation difficile ? Un conflit ?
Comment aider une personne sous stress à en sortir ?
Comment optimiser la coopération, la cohésion d'une équipe ?

DÉFINITION

Comprendre l'autre, pour se révéler à soi-même
L'Agilité Comportementale, c'est la capacité d'une personne à **conserver toutes ses ressources, tous ses talents, ses capacités** (notamment d'adaptation) en toute situation, y compris **en cas de fort stress ou de crise**.
Au carrefour de trois grands courants, que sont l'Analyse Transactionnelle, la psychologie du stress, et la Programmation Neurolinguistique, l'Agilité Comportementale vient donner une grille de lecture des comportements humains en société, et notamment en milieu professionnel.
L'originalité de l'approche est de **proposer des méthodes de résolution des difficultés relationnelles très précises et opérationnelles.**
Concept élaboré par le Pr Robert Weisz de l'institut ComProfiles®,

PUBLIC CONCERNÉ

- Les cadres et dirigeants d'entreprise souhaitant développer leur posture et leurs compétences managériales.
- Toute personne souhaitant améliorer la qualité de ses relations avec les autres.

PRÉ-REQUIS

Pas de prérequis de niveau ou de diplôme

OBJECTIFS

- Bien gérer l'expression de ses émotions et la réponse que l'on donne à celles des autres, rester aux commandes de ses comportements relationnels.
- Optimiser l'harmonie et l'efficacité de sa communication interpersonnelle.
- Sortir de situations relationnelles dégradées et rétablir la qualité des échanges.
- Aider une personne sous stress à en sortir.
- Optimiser la coopération, la cohésion d'une équipe.

COMPÉTENCES CIBLE

- Identifier et analyser la communication verbale et non verbale de son interlocuteur afin de déterminer ses préférences comportementales et opérer un diagnostic de sa gestion du stress.
- Gérer l'expression dysfonctionnelle des émotions de son interlocuteur causée par le stress en s'adaptant à son mécanisme émotionnel et afin de favoriser une expression émotionnelle appropriée et authentique.
- Adapter sa communication relationnelle à son interlocuteur dans le but de lui permettre de remobiliser ses talents et ses compétences perdues sous l'effet du stress.

cap Intelligence Émotionnelle

PROGRAMME DE FORMATION

Gestion des conflits

LANCEMENT DE LA FORMATION

- Présentation de l'objectif pédagogique, du programme & des outils
- Présentation de l'esprit et de la structure de la formation "Agilité Comportementale"

MODULE 1 : NOTIONS FONDAMENTALES

- Ouverture ou fermeture à l'autre
- Besoins relationnels, stress et comportements
- Comment aider l'autre à gérer son stress
- L'intelligence émotionnelle en action

MODULE 2 : MODÉLISATION COMPORTEMENTALE

- Illustration : jeux de rôles passivité et agressivité
- Construction des profils psychologiques et des préférences comportementales :
  - Caractéristiques des différents registres de communication
  - Besoins, dynamique principale, qualités, défauts

Profil de Communication, Profil de Principes Directeurs : débriefing

MODULE 3 : AGILITÉ COMPORTEMENTALE EN PRATIQUE

- Mode d'intervention/d'adaptation face à une personne sous stress :
  - Nourrir ses besoins psychologiques
  - Gérer l'expression inappropriée de ses émotions
  - L'accompagner pour qu'elle retrouve ses qualités et compétences
- Les dimensions-clés du leadership pour favoriser :
  - La prise de responsabilité et l'autonomie
  - Le développement des compétences
  - L'efficacité et les performances
- Conception et mise en pratique de la stratégie de communication

MÉTHODES & MOYENS PÉDAGOGIQUES

Méthodes pédagogiques

- Exposés, jeux de rôles, exercices
- Chaque participant recevra son profil de communication et son profil de principes directeurs

Moyens pédagogiques

- Mise à disposition de notre formation : supports de cours, quiz, exercices
- Suivi pédagogique
- Communication entre pairs et avec l'équipe pédagogique
- Les outils ComProfiles® utilisés sont :
  - le Profil de Communication
  - le Profil de Principes Directeurs

Modalités d'évaluation

- Evaluations des acquis en cours de formation (ECF) : exercices d'évaluation des connaissances, exercices de réflexion sur soi et d'auto-évaluation

SUIVI DE L'EXÉCUTION DE LA FORMATION

L'assiduité des apprenant(e)s est attestée par :

- les feuilles d'émargement
- le certificat de réalisation.

ÉVALUATION DE LA QUALITÉ DE LA FORMATION

Afin d'améliorer nos prestations en continu, un questionnaire portant sur l'évaluation de la formation est soumis aux apprenant(e)s à l'issue de la formation.

LES +

- Programme centré sur vos besoins
- Flexibilité d'organisation
- Pratique sous forme de mises en situations
- Centre de recherche dirigé par le Pr Robert Weisz
- Outils validés scientifiquement
- Approche particulièrement centrée sur l'accompagnement de l'autre

cap Intelligence Émotionnelle

COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

Vos besoins deviennent nos objectifs ! Quasiment toutes les formations sont personnalisables.

C'est dans l'ADN de cap Intelligence Emotionnelle de s'adapter et de personnaliser. Car toute entreprise, toute école, toute institution est unique et tout groupe en leur sein est unique.

La plaquette est faite pour vous donner une première idée de ce que je pratique régulièrement. Nous commençons par nous rencontrer afin que je puisse mieux vous connaitre et mieux cerner vos besoins et désirs.

Je vous accueille dans mes locaux ou dans les vignes de Dahlenheim ou je me déplace partout en France. Nous décidons ensemble de ce qui est le plus adapté.

Ainsi, nous co-créons la formation ensemble : taille du groupe, durées, organisation, lieu, moyens pédagogiques, modalités d'évaluation.

Vos besoins sont devenus nos objectifs !

QUI SUIS-JE ?

Claudie SELIG

Après 24 ans passés chez IBM où j'ai exploré différents métiers, avec une grande partie de ma carrière en tant que cheffe puis directrice de projets et manager, j'ai décidé de rejoindre les métiers de l'accompagnement de l'humain : formation, coaching et bilan de compétences. Chez IBM, j'ai eu la chance travailler pour de grands noms comme Airbus, Danone, Carlsberg, L'oréal, Crédit Mutuel, Nokia et sur des projets à haute visibilité et internationaux. Gérer une équipe multiplaques, collaborer avec des profils variés et interculturels m'aura ouverte à de nouveaux horizons.

Les valeurs de cap Intelligence Emotionnelle :
Authenticité, Adaptabilité, Inclusion.

ON SE CONTACTE !

35 rue principale à DAHLENHEIM

cap-intelligence-emotionnelle.com

contact@cap-intelligence-emotionnelle.com

06.74.03.34.89

cap Intelligence Émotionnelle

QU'EST-CE QUI NOUS DIFFÉRENCIE ?

Nous nous voulons atypique.

Pédagogie inversée, intelligence collective, jeux, fresques, jeux de rôle et intervention de mes facilitateurs (cavaliers king charles ou chats) nous permettent d'aborder différemment des sujets très sérieux et importants comme la gestion du conflit, l'intelligence émotionnelle, l'écoute active, la gestion de projet, le management, la santé mentale, les profils neuroatypiques.
Nous formons en visioconférence, en salle ou ... dans les vignes.
Bien sur, les slides powerpoint sont encore présents lorsque c'est nécessaire mais dans une proportion réfléchie.

Les neurosciences le disent, jouer et interagir en formation :

- Améliore l'engagement et la motivation,
- Renforce les connexions neuronales par l'utilisation de différentes zones du cerveau,
- Réduit le stress et augmente la résilience,
- Favorise la cohésion d'équipe en créant de nouvelles expériences émotionnelles.

L'expérience et nos profils font que nous avons cette capacité à nous adapter, que nous avons la culture de la performance et c'est d'ailleurs notre but ultime : permettre à vos équipes de performer !
Pour cela, un maître-mot : la flexibilité et plutôt que de vous imposer notre contenu et nos déroulements pédagogiques, nous vous les proposons et co-créons avec vous.

A la formation s'ajoutent le coaching personnel et professionnel et les bilans de compétences.
Et la boucle est bouclée !

Vos besoins sont devenus nos objectifs !