

Formation

SAVOIR-ÊTRE (SOI) EN ENTREPRISE

| Effectif | Durée | Modalité | Public visé |
|----------|--|-----------------|---|
| 3 à 5 | 28h00 sur 7 semaines dont : <ul style="list-style-type: none">14h00 regroupement synchrone14h00 distanciel asynchrone | 100% Distanciel | Salariés, Managers Demandeurs d'emploi |
| 6 à 8 | 31h30 sur 7 semaines dont : <ul style="list-style-type: none">17h30 regroupement synchrone14h00 distanciel asynchrone | | |

Prérequis : Aucun

Conditions d'accès : PC et Internet, aisance avec l'outil informatique

Formateur : Adelyne ALBRECHT, Coach professionnelle certifiée, Ingénieure Centrale Paris, Formatrice.

Contexte

Qu'est-ce qui différencie les managers et collaborateurs qui ont des compétences égales en savoirs et savoir-faire ?

Les savoir-être.

La qualité de vie au travail QVT est un sujet qui prend de l'ampleur, et les salariés n'ont pas forcément conscience qu'elle est aussi de leur responsabilité, à la fois dans le regard qu'ils portent sur eux-mêmes et sur les autres, et également dans leurs interactions au sein de leur environnement professionnel.

Or c'est cette qualité de vie au travail qui leur permet d'être productifs, de se sentir valorisés et de s'épanouir.

Dans cette époque où les savoir-être sont mis en avant comme les compétences déterminantes pour la réussite à un poste, et où l'intelligence devient une question de collectif, il est important d'élargir sa vision pour appréhender les enjeux et son pouvoir d'action personnel sur ceux-ci.

Cette formation n'a pas vocation à inculquer des savoir-être formatés, elle vise à une meilleure connaissance de soi et de son apport au fonctionnement en collectif, au service d'une entreprise humaine pérenne où chacun est acteur de son bonheur au quotidien.

Objectifs de formation

- S'épanouir et s'affirmer dans son entreprise
- Être un acteur et un facteur de productivité pour son entreprise
- Être un acteur et un facteur de Qualité de Vie au Travail pour soi et ses collaborateurs
- Devenir maître de son évolution professionnelle



Objectifs pédagogiques

- Traduire des concepts philosophiques de bonheur et de savoir-être
- Illustrer et justifier mes forces et motivations, savoir-être et attitudes professionnelles
- Représenter l'impact réciproque entre moi et mon environnement professionnel pour développer une relation gagnant-gagnant
- Calculer la valeur financière de mon travail
- Expliquer mon contexte professionnel et mon rôle, et l'enjeu pour l'entreprise
- Employer une organisation de conduite de réunion
- Appliquer une méthode d'intelligence collective
- Identifier les étapes de l'intelligence émotionnelle
- Employer la communication non violente
- Solliciter ma créativité
- Identifier mon profil de personnalité
- Établir mon plan d'action

Programme

M1 : Savoir-être et culture d'entreprise

- Bonheur et savoir-être : Apports philosophiques
- La culture de la direction et son impact sur les collaborateurs
- Les attitudes professionnelles et les savoir-être du 21^e siècle

M2 : Connaissance de soi

- Profil de personnalité, profil de stress et forces de caractère / motivations
- Théorie de l'intelligence émotionnelle et analyse fonctionnelle
- Créativité individuelle et collective

M3 : Collectif

- Intelligence collective
- Conduite de réunion
- La communication non violente, l'écoute active

M4 : Milieu professionnel, Entreprise :

- Mon influence sur la qualité de vie au travail
- Enjeux de l'entreprise
- Ma création de valeur

Méthodes mobilisées et moyens techniques

20% Théorie – 80% Pratique

- Apports théoriques ou conceptuels : documents, vidéos, articles, tests de personnalité
- Extrapolation et analyse individuelle
- Préparation de mini exposés en individuel ou en binôme
- Restitutions individuelles en collectif
- Réunions et productions collectives, Jeux, Simulations
- Décisions d'actions et de mise en œuvre de changement

À distance sur Internet, sur 7 semaines.

Chaque semaine est composée de :

- 2h de travail individuel en asynchrone sur plateforme LMS : total 14h
- 2h ou 2h30 de regroupement collectif synchrone avec le formateur (sur Zoom) : total 14h ou 17h30 selon effectif

Assistance technique et pédagogique par téléphone et email.

Modalités de suivi et d'évaluation

Avant : Questionnaire d'auto-positionnement

Pendant : Production individuelle et collective (QCM, questionnaires ouverts, exposés, restitutions), participation lors des regroupements collectifs synchrones

À la fin : Questionnaire de post-positionnement, bilan personnel et évaluation de la satisfaction à chaud. Évaluation à froid à 3 mois.

En option :

- 2h30 de feedback et d'ancrage en collectif, 1 mois après la fin de la formation
- Possibilité de suivi en accompagnement individuel personnalisé

Tarifs

Éligible au financement OPCO : organisme de formation certifié Qualiopi

Particuliers : 1100€ HT / apprenant

Entreprises : 1575€ HT / apprenant

INTRA : 5625 € HT / groupe

Dans le cadre de la formation professionnelle continue : exonération de TVA — Art. 261.4.4a du CGI

Accessibilité aux personnes handicapées

Personnes en situation de handicap, merci de [nous consulter](#). Nous adapterons nos moyens en fonction de vos besoins.

Consulter également le chapitre afférent des [ressources utiles](#).

Modalités et délais d'accès

En inter-entreprise et pour les particuliers, les dates des prochaines sessions sont consultables sur la [page internet de la formation](#). Un minimum de 3 participants est requis pour que la formation ait lieu, à défaut elle sera reportée à une date ultérieure. Les inscriptions se font jusqu'à 5 jours ouvrés avant.

En intra-entreprise, les sessions sont programmées sur demande, avec un délai de 1 mois voire moins si réalisable.

Un entretien préalable par téléphone permettra de vérifier les prérequis et la cohérence avec le besoin du bénéficiaire.

Voir [les ressources utiles](#) pour la procédure administrative et contractuelle d'inscription et consulter les CGV, CGU et le règlement intérieur.

Contact

Adelyne ALBRECHT

Via le [formulaire en ligne](http://www.aa-coach.com/contact-coach-formateur-martinique) : www.aa-coach.com/contact-coach-formateur-martinique

Par [email](mailto:adelyne.albrecht@aa-coach.com) : adelyne.albrecht@aa-coach.com

Par téléphone +596 696 10 00 79

Sanction de la formation

Ce parcours est validé par une **attestation de formation**.