LE COACHING

LE COACHING

Ref. SA3

Présenter les outils simples, concrets et efficaces directement utilisables au quotidien pour mieux communiquer avec soi et avec tous ses interlocuteurs. Une démarche progressive et pragmatique vous permet de mesurer vos progrès : arrêts sur image, analyse de son mode personnel de manager, actions correctives et réglages ...

Notre intervenant s'engage à respecter le rythme et la structure de la personne accompagnée pour une intégration optimale des outils. - Notre méthode, active, interactive et itérative permettra de passer de la Stimulation à l'Action.
Remise d'un support aide- mémoire et boîte à outils.

Evaluation qualitative en fin de formation effectuée par les participants.
Délivrance d'un certificat de stage - Coaching - mail après formation.

Durée :

A déterminer

Les participants et leur pré-requis :

Dirigeant, cadre, toute personne souhaitant améliorer son potentiel

Notre intervenant :

Consultant RH, experts en techniques managériales et communication

L'organisation :

Lieu : A déterminer Occitanie

Dates : à déterminer

Horaires : 08h30 17h00

Coût :

Nous consulter

LES OBJECTIFS :

- Acquérir de nouveaux apprentissages comportementaux pour mieux communiquer, s'affirmer en toutes circonstances, dans le respect et la considération d'autrui.
- Apprendre à gérer ses états internes : émotions, stress...
- Réfléchir à sa façon de prendre des décisions, de manager.
- Mettre en place des stratégies d'objectifs, des schémas de réussite pour gagner en confort personnel, développer performance et pratiques managériales.

NOTRE CHOIX PEDAGOGIQUE ET LES MODALITES D'EVALUATION:

Voir ci-contre

Evaluation qualitative et quantitative effectuée par les participants en fin de formation

LE CONTENU DE LA FORMATION :

- **Volet connaissance de SOI**

Renseignements et inscriptions :

Sabine ACCO

- Les outils de connaissance de soi.
- L'intelligence émotionnelle.
- Les systèmes de représentation, les croyances.
- Technique de l'Ancrage et Ressources.
- Gérer ses émotions.

Volet connaissance de SOI

- Les mécanismes essentiels de la communication pour développer et accroître son aptitude à communiquer.
- Les difficultés inhérentes à la communication et les paramètres à prendre en compte.
- L'importance du Langage non verbal.
- La compréhension des relations interpersonnelles.
- Repérer similitudes et différences, Congruence et incongruence, Comprendre le mimétisme comportemental, savoir identifier le mode de fonctionnement de l'autre.
- Ce que je vais dire, à qui, comment je vais le dire...
- Examen de ses propres comportements et leurs incidences sur autrui...
- Les principes de l'Assertivité pour une communication efficiente en milieu professionnel.

Volet performance managériale ou décisionnelle

- Savoir communiquer : le socle du management.
- Connaître les ressorts de la motivation pour manager.
- Savoir gérer les situations quotidiennes de management en s'adaptant au contexte de son entreprise (défis, contraintes...).
- Savoir adapter pertinemment son management à chaque type de situation : diriger, mobiliser et motiver, impliquer et associer, responsabiliser et déléguer.
- Savoir donc améliorer sa légitimité et sa crédibilité en ajustant ses comportements...
- Savoir gérer les tensions, les blocages et les conflits quotidiens.
- Organiser le travail de son équipe pour une efficacité accrue.
- Savoir évaluer pour faire évoluer.