



## FICHE DESCRIPTIVE DE FORMATION

Le contenu, la durée et le coût de la formation seront adaptés après identification des besoins du candidat.

### Intitulé de la formation

Développer son intelligence émotionnelle et relationnelle

### Le formateur

#### Formation et parcours professionnel

- Maîtrise de développement international des PME/PMI (1998)
- Maître praticien en PNL (2001)
- Praticien certifié MBTI (niveaux 1 et 2), praticien certifié HBDI©
- Certifiée métacoach de l'institut Business Challenge (2004-2005)
- Consultante Appreciative Inquiry
- Formée « roue de Hudson » - modèle de compréhension des mécanismes du changement

12 années d'expérience en Entreprise (service client et de management d'équipes) dans des contextes multiculturels (Rank Video Service Ltd en Angleterre et Allemagne, Société Hultec au Costa Rica, aux Etats-Unis et en France).

Après s'être formée à la pédagogie des adultes, Nathalie est **Consultante depuis 2001**

- Domaines d'intervention : Communication interpersonnelle et interculturelle, formation de formateurs et de tuteur, management, accompagnement du changement, accompagnement individuel et d'équipes.
- Passionnée par la réflexion sur les processus d'apprentissage des adultes, Nathalie développe ses propres outils et jeux pédagogiques
- Elle s'appuie à la fois sur une méthodologie précise, sur des valeurs fortes et sur la conviction que les êtres humains sont capables de mettre en action leurs ressources, même insoupçonnées, pour atteindre leurs objectifs.

### Objectifs professionnels

- Pratiquer une écoute de qualité
- Savoir créer les conditions d'un échange constructif
- Adapter sa communication à son interlocuteur
- Faciliter la communication dans les situations tendues

### Contenu pédagogique

#### CONSCIENCE DE SOI ET GESTION DE SOI

Prendre conscience de son propre positionnement dans la relation à l'autre  
Se positionner d'égal à égal vis-à-vis de son interlocuteur  
Tenir compte de ses propres émotions et besoins  
Pratiquer l'auto-empathie pour accéder à l'écoute empathique  
Identifier ses pilotes automatiques sous stress  
Prendre soin de ses besoins psychologiques  
Connaître les principaux biais cognitifs  
Se fixer des objectifs SMART pour une meilleure gestion de soi

#### GESTION DE LA RELATION

Tenir compte des différences de modèle du monde  
Accepter le point de vue de l'autre  
Eviter les jugements et interprétations pour être réellement à l'écoute  
Questionner de façon ciblée pour découvrir le modèle du monde de l'autre



	<p>Orienter son questionnement sur la recherche de solution          Identifier les fonctionnements sous stress de ses interlocuteurs          Adopter une posture facilitatrice pour favoriser la coopération          Se fixer des objectifs SMART pour une meilleure gestion de la relation          Développer sa flexibilité et sa prise en compte de la réalité de l'autre          Tirer des apprentissages de sa propre expérience          Mettre en commun les apprentissages</p> <p>Ce contenu est à titre indicatif et sera adapté suite à l'analyse de vos besoins.</p>
<b>Méthode pédagogique</b>	Jeux pédagogiques, mises en situation, extraits vidéo, débriefings, apports théoriques
<b>Modalités D'évaluation Des acquis</b>	<p>Chaque séquence pédagogique donne lieu à une mise en application suivie d'un débriefing. Les participants travaillent sur des objectifs d'intersession et chaque nouvelle journée commence par un retour d'expérience de l'intersession.</p> <p>Lors de la dernière journée, les participants sont invités à évaluer ensemble leurs acquis de la formation grâce à un jeu cadre qui permet de mettre en valeur les acquis de l'expérience.</p>
<b>Les Prérequis</b>	Aucun
<b>Le Public concerné</b>	Cette formation s'adresse à toute personne désirant optimiser son intelligence émotionnelle et relationnelle
<b>Durée de la formation</b>	<p>3 jours (en 2+1 ou en 1+1+1 avec des intersessions de 3 à 4 semaines)</p> <p>Cette durée est à titre indicatif et sera adaptée suite à l'analyse de vos besoins.</p>
<b>Certification visée</b>	N/A
<b>Résultat</b>	N/A
<b>Le coût de la formation</b>	<p>1250 € HT</p> <p>Ce coût est à titre indicatif et sera adapté suite à l'analyse de vos besoins.</p>
<b>Lieu</b>	Sur site du client ou à distance
<b>Modalités et Délais D'accès :</b>	<p>Contactez le formateur aux coordonnées ci-dessous :          Nathalie TRIEAU <a href="mailto:nathalietrieau@orange.fr">nathalietrieau@orange.fr</a></p> <p>Maximum <b>30</b> jours après la prise de contact et le dossier administratif complet</p>
<b>Si handicap</b>	Pour toute situation de handicap, contactez le 04.50.36.70.97