



ideanima



Catalogue de formation
2023/2024



Développer son Intelligence émotionnelle et améliorer sa communication

Objectifs :

Mobiliser et développer ses aptitudes émotionnelles et savoir être dans sa communication professionnelle

- Connaître et comprendre les notions et concepts de l'intelligence émotionnelle
- Décrypter les différentes émotions et expliquer son langage et fonctionnement
- Réguler ses émotions fortes et rétablir un équilibre émotionnel
- Développer son empathie
- Identifier ses compétences émotionnelles en faveur du travail collaboratif, de la performance et savoir s'adapter aux autres avec assertivité.
- Mettre en œuvre la phase de découverte du client et identifier ses besoins
- Lever les objections et dénouer des situations/zones de tensions
- Utiliser des outils et des astuces de la CNV pour favoriser la communication interpersonnelle entre collègue et la relation client

Public :

Personnes désirant explorer l'intelligence émotionnelle pour augmenter leur valeur personnelle et leur communication
Cadre et manager souhaitant développer son intelligence émotionnelle pour améliorer ses relations clients et la collaboration de ses équipes / Salariés - demandeurs d'emploi

Prérequis : Aucun

Durée de formation : 14 heures / 2 jours

Inscription : Pour toute demande d'inscription, veuillez nous contacter au 06 33 31 29 83
ou par email : myriam.guiho@ideanima.com

Moyen et modalité :

Présentiel

Alternance de théorie et de pratique

Moyens Techniques :

Tables, chaises, supports visuels et supports papiers.

Adaptation et suivi de la formation :

Un suivi de la formation et accompagnement seront réalisés tout au long de la formation. La formation pourra être adaptée pour palier à des difficultés majeures rencontrées par l'apprenant.

Évaluation de parcours :

Le contrôle de connaissances permettant de vérifier le niveau de connaissances acquis par les Stagiaires est effectué selon les modalités suivantes :
Questionnaire

Délai d'accès :

Un délai minimum et incompressible de 14 jours entre l'inscription et l'accès à la formation est appliqué.

Évaluation du besoin :

Un questionnaire sera proposé pour analyser l'adéquation du besoin de formation avec les formations dispensées.

Attestation de formation :

A l'issue de l'action de formation, le stagiaire qui a suivi toute la formation reçoit une attestation de fin de formation.

Prix :

1788 € TTC

Contact :

GUIHO Myriam

myriam.guiho@ideanima.com

06 33 31 29 83

Handicap :

Toutes les formations dispensées à IDEANIMA sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Lors de l'inscription à nos formations, nous étudions avec le candidat en situation de handicap et à travers un questionnaire les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser son apprentissage.

Pour cela, nous pouvons également nous appuyer sur un réseau de partenaires nationaux préalablement identifiés.

Coordonnées des partenaires handicap :

AGEFIPH

Damien GOUGEON

02 40 48 30 66

rhf-pays-de-la-loire@agefiph.asso.fr

MDPH

MDPH 44 300 route de Vannes

BP 10147 44701 ORVAULT cedex 1

02 28 09 40 50

accueil.mdp@cg44.fr

MDPH antenne St Nazaire

12, Place Pierre Sémard

44600 Saint-Nazaire

02 49 77 41 2

08 00 40 41 44

IDEANIMA

17 RUE DU PETIT VERGER , 44100 NANTES

Siret : 90892399800011 Enregistré sous le n°52440971644 auprès du préfet de région : Pays de la Loire

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État. - Naf : 70.22Z - TVA : FR59908923998 - RCS : NANTES 908 923 998 R.C.S. Nantes - Capital : 5000 €



Développer son Intelligence émotionnelle et améliorer sa communication

Programme de formation détaillée :

MODULE 1 : Qu'est-ce que l'intelligence émotionnelle ?

Durée : 30 min

Objectif : Connaître et comprendre les notions et concepts de l'intelligence émotionnelle

Chapitre 1 : Les 5 composantes de l'Intelligence Emotionnelle

Chapitre 2 : Les enjeux de l'intelligence émotionnelle

Chapitre 3 : Apport théorique Daniel Goleman

Évaluation Module 1

MODULE 2 : Connaître les émotions

Durée : 1h

Objectif : Comprendre ce qu'est une émotion et à quoi elle sert.

Chapitre 1 : Qu'est-ce que les émotions ? Définition

Chapitre 2 : Quel est le rôle des émotions ?

Chapitre 3 : Les 3 cerveaux

Évaluation Module 2

MODULE 3 : Maîtriser ses émotions

Durée : 2h

Objectif : Connaître les émotions et comprendre leur fonctionnement, savoir les transformer et les réguler.

Chapitre 1 : Sentiment et conscience de soi

Chapitre 2 : Les différentes émotions

Chapitre 3 : Les émotions de sociabilisation

Chapitre 4 : Impact de nos pensées sur nos émotions

Chapitre 5 : Synthèse sur la connaissance des émotions

Évaluation Module 3

MODULE 4 : Performance et émotion

Durée : 1h

Objectif : Gérer son équilibre émotionnel pour davantage de performance

Chapitre 1 : Auto-motivation

Chapitre 2 : Gagner en efficacité en régulant ses émotions

Chapitre 3 : Techniques pour gérer ses émotions fortes

Évaluation Module 4

MODULE 5 : Développer son empathie

Durée : 1h

Objectif : Gérer son équilibre émotionnel pour davantage de performance

Chapitre 1 : La perception des émotions d'autrui

Chapitre 2 : Savoir s'adapter au comportement d'autrui

Chapitre 3 : Développer son empathie

Évaluation Module 5

MODULE 6 : Gérer ses interactions avec ses relations

Durée : 1h30

Objectif : Identifier ses compétences émotionnelles en faveur du travail collaboratif, de la performance et savoir s'adapter aux autres avec assertivité.

Chapitre 1 : Maîtrise et conscience de soi

Chapitre 2 : Intelligence émotionnelle et Leadership

Chapitre 3 : Identifier son profil émotionnel et où je me situe

Chapitre 4 : Utiliser la CNV pour mieux communiquer

Chapitre 5 : Synthèse mieux gérer ses émotions

Évaluation Module 6

MODULE 7 : Identifier son profil pour améliorer sa communication interpersonnelle

Durée : 3h30

Objectif : Identifier ses compétences émotionnelles en faveur du travail collaboratif et de la performance

Chapitre 1 : Les grands principes en communication interpersonnelle

Chapitre 2 : Identifier ses motivateurs externes et internes personnels

Chapitre 3 : Identifier son profil dominant

Évaluation Module 7

MODULE 8 : Le comportement assertif

Durée : 1h

Objectif : Savoir s'adapter aux autres avec assertivité.

Chapitre 1 : Nos représentations

Chapitre 2 : Impact de nos croyances sur notre communication

Chapitre 3 : Comment gérer nos émotions dans nos relations professionnelles

Évaluation Module 8

MODULE 9 : Interagir avec l'intelligence émotionnelle

Durée : 1h30

Objectif : Lever les objections et dénouer des situations/zones de tensions

Chapitre 1 : Gérer les conflits et lever les tensions

Chapitre 2 : Désamorcer un conflit

Chapitre 3 : Répondre aux objections clients

Évaluation Module 9

MODULE 10 : Synthèse des 2 jours de formation pour ancrer les savoirs

Durée : 1h

Objectif : Synthétiser les notions et ancrer les savoirs

Évaluation Module 10



LA FORMATRICE

MYRIAM GUIHO

Myriam Guiho est une spécialiste dans la conduite du changement depuis 2016. Elle est Coach spécialisée en neurosciences motivationnelles, formatrice en intelligence collective et créativité, formatrice et Designer.

GUIHO Myria est titulaire des diplômes suivants :

- MBA en Stratégies des entreprises et Marketing
- Certification de consultant-formateur en Intelligence collective avec 2 spécialités : pédagogie créative et innovation produit.
- Certification Coach professionnel et personnel spécialisée en neurosciences motivationnelles
- Certification de Mastercoach en neurosciences



En application de l'article 47 de la loi n° 2005-102 du 11 février 2005 et du décret n° 2019-768 du 24 juillet 2019 ce document présente la politique de IDEANIMA en matière d'accessibilité numérique.

1. RESPONSABLE ACCESSIBILITE NUMERIQUE

Pour veiller continuellement à l'accessibilité des contenus numériques, IDEANIMA a nommé un responsable de l'accessibilité numérique.

Celui-ci a pour missions :

- De veiller à la mise en place de processus pour l'accessibilité des contenus numériques ;
- De rendre compte au responsable de la formation des contenus et des services numériques, ainsi que de tout besoin d'amélioration ;
- De s'assurer que la sensibilisation aux exigences de l'accessibilité est encouragée dans l'établissement ;
- D'être l'interlocuteur premier sur tous les sujets d'accessibilité numérique.

2. ACTION DE FORMATION ET DE SENSIBILISATION

Pour répondre au besoin de sensibilisation et de formation des membres de IDEANIMA, un plan de formation sera déroulé sur les trois prochaines années. Ces formations seront réalisées selon la méthode la plus appropriée pour répondre aux spécificités de la formation, soit par des dispositifs à distance synchrones ou asynchrones, soit par des dispositifs en présentiel.

3. GUIDE DES BONNES PRATIQUES

Pour que la prise en compte de l'accessibilité dans la fabrication des contenus et la mise en place des services numériques deviennent des éléments de la qualité, chaque pôle intègrera les bonnes pratiques de l'accessibilité adaptées à ses contenus et outils. Cette adaptation sera issue des expériences faites lors de nos formations.



CONDITIONS GENERALES DE VENTE

Modalités de règlement

Le paiement sera dû en totalité à réception d'une facture émise par l'organisme de formation à destination du bénéficiaire.

Non réalisation de la prestation de formation

En application de l'article L6354-1 du Code du travail, il est convenu entre les signataires de la présente convention, que faute de résiliation totale ou partielle de la prestation de formation, l'organisme prestataire doit rembourser au cocontractant les sommes indûment perçues de ce fait.

Obligations et force majeure

Dans le cadre de ses prestations de formation, « IDEANIMA » est tenue à une obligation de moyen et non de résultat vis à vis de ses Clients ou de ses Stagiaires. « IDEANIMA » ne pourra être tenue responsable à l'égard de ses Clients ou de ses Stagiaires en cas d'inexécution de ses obligations résultant d'un événement fortuit ou de force majeure. Sont ici considérés comme cas fortuit ou de force majeure, outre ceux habituellement reconnus par la jurisprudence : la maladie ou l'accident d'un intervenant ou d'un responsable pédagogique, les grèves ou conflits sociaux externes à « IDEANIMA », les désastres naturels, les incendies, l'interruption des télécommunications, de l'approvisionnement en énergie, ou des transports de tout type, ou toute autre circonstance échappant au contrôle raisonnable de « IDEANIMA ».

Devis et attestation

Pour chaque action de formation, un devis est adressé en deux exemplaires par « IDEANIMA » au Client. Un exemplaire dûment renseigné, daté, tamponné, signé et revêtu de la mention « Bon pour accord » doivent être retournés à « IDEANIMA » par e-mail. Le cas échéant une convention particulière peut être établie entre « IDEANIMA », l'OPCO ou le Client. À l'issue de la formation, « IDEANIMA » remet une attestation de formation au Stagiaire. Dans le cas d'une prise en charge partielle ou totale par un OPCO, « IDEANIMA » lui fait parvenir un exemplaire de la feuille d'émargement accompagné de la facture. Une attestation d'assiduité pour chaque Stagiaire peut être fournie au Client, à sa demande.

Dédommagement, réparation ou dédit

En cas de renoncement par le bénéficiaire avant le début du programme de formation

- Dans un délai compris entre 2 semaines et 1 semaine avant le début de la formation : 50% du coût de la formation est dû.
- Dans un délai compris entre 1 semaine et 48 heures avant le début de la formation : 75 % du coût de la formation est dû.
- Dans un délai inférieur à 48 heures avant le début de la formation : 100 % du coût de la formation est dû.

Le coût ne pourra faire l'objet d'une demande de remboursement ou de prise en charge par l'OPCO.

Propriété intellectuelle et copyright

L'ensemble des fiches de présentation, contenus et supports pédagogiques quelle qu'en soit la forme (papier, électronique, numérique, orale...) utilisés par « IDEANIMA » pour assurer les formations ou remis aux Stagiaires constituent des œuvres originales et à ce titre sont protégées par la propriété intellectuelle et le copyright. À ce titre, le Client et le Stagiaire s'interdisent d'utiliser, transmettre, reproduire, exploiter ou transformer tout ou partie de ces documents, sans un accord exprès de

« IDEANIMA ». Cette interdiction porte, en particulier, sur toute utilisation faite par le Client et le Stagiaire en vue de l'organisation ou l'animation de formations.

Descriptif et programme des formations

Les contenus des programmes, tels qu'ils figurent sur les fiches de présentation des formations sont fournis à titre indicatif. L'intervenant ou le responsable pédagogique se réservent le droit de les modifier en fonction de l'actualité, du niveau des participants ou de la dynamique du groupe.

Confidentialité et communication

« IDEANIMA », le Client et le Stagiaire s'engagent à garder confidentiels les documents et les informations auxquels ils pourraient avoir accès au cours de la prestation de formation ou à l'occasion des échanges intervenus antérieurement à l'inscription, notamment l'ensemble des éléments figurant dans la proposition transmise par « IDEANIMA » au Client. « IDEANIMA » s'engage à ne pas communiquer à des tiers autres que les partenaires avec lesquels sont organisées les formations et aux OPCO, les informations transmises par le Client y compris les informations concernant les Stagiaires. Cependant, le Client accepte d'être cité par « IDEANIMA » comme client de ses formations. À cet effet, le Client autorise « IDEANIMA » à mentionner son nom, son logo ainsi qu'une description objective de la nature des prestations dans ses listes de références et propositions à l'attention de ses prospects et de sa clientèle, entretiens avec des tiers, rapports d'activité, site internet, ainsi qu'en cas de dispositions légales, réglementaires ou comptables l'exigeant.

Protection et accès aux informations à caractère personnel

Le Client s'engage à informer chaque Stagiaire que :

- des données à caractère personnel le concernant sont collectées et traitées aux fins de suivi de la validation de la formation et d'amélioration de l'offre de « IDEANIMA »
- conformément à la loi n° 78-17 du 6 janvier 1978, le Stagiaire dispose d'un droit d'accès, de modification, de rectification des données à caractère personnel le concernant. Le Stagiaire pourra exercer ce droit en écrivant à : « IDEANIMA » ou par voie électronique à : « IDEANIMA ». En particulier, « IDEANIMA » conservera les données liées au parcours et à l'évaluation des acquis du Stagiaire, pour une période n'excédant pas la durée nécessaire à l'appréciation de la formation. Enfin, « IDEANIMA » s'engage à effacer à l'issue des exercices toute image qui y aurait été prise par tout moyen vidéo lors de travaux pratiques ou de simulations.

Litiges

Si une contestation ou un différend ne peuvent pas être réglés à l'amiable, le Tribunal de tribunal sera seul compétent pour régler le litige.