



INTRA : 3 990 € HT

SUR MESURE : nous contacter

Réf. #SK010

PUBLIC CIBLE

- Tout public

DURÉE DE LA FORMATION

- 2 jours en présentiel

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Renforcer son efficacité professionnelle
- Prendre conscience du pouvoir des habitudes
- Pratiquer l'écoute active
- Mettre en place des outils d'efficacité

PRÉREQUIS

- Aucun prérequis nécessaire

firstgroup
spark
CONSEIL & FORMATION

Programme

- **Introduction - Culture du Feedback :**
 - Présentation rapide des travaux de S. Covey
 - Première « Pré-habitude » : Développer la culture du feedback :
 - Savoir construire un message assertif
 - La communication non-violente
- **Apprendre à déléguer :**
 - Les 10 règles de la délégation
- **Evolution et habitudes :**
 - Les 3 niveaux d'évolution (dépendance/ indépendance/ interdépendance) et les 7 habitudes de l'efficacité
- **Habitude 1 : Passer de la dépendance à l'indépendance**
 - Être pro-actif et prendre ses responsabilités
 - Les jeux psychologiques – Exercice en groupe
- **Habitude 2 : Commencer par définir un objectif**
 - Formuler ses objectifs en utilisant la méthode SMART – Exercice individuel
- **Habitude 3 : Commencer par le commencement**
 - Planifier son temps et ses priorités
 - Méthode Pomodoro
 - Matrice d'Eisenhower
 - Les 4D
 - Analyse pour chaque stagiaire
- **Habitude 4 : Penser gagnant + gagnant**
 - Le jeu de la collaboration – Exercice sur la collaboration
 - Survivre dans le désert
- **Habitude 5 : Chercher d'abord à comprendre, ensuite seulement à être compris**
 - Exercice d'écoute active
- **Habitude 6 : Synergiser**
 - Comment l'équipe peut contrecarrer les biais psychologiques dans la prise de décision
- **Habitude 7 : Affûter la scie : Prendre soin de soi et se mettre en action**
 - Méthode KISS – Exercice en groupe



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exposés théoriques et apport d'expériences par notre formateur
- Travaux en sous-groupes, jeux de rôles et mise en situation
- Echanges et retours d'expérience entre les participants
- Exercices et ateliers d'application

MODALITÉS D'ÉVALUATION ET DE VALIDATION DE LA FORMATION

- Questionnaire d'auto-positionnement en amont de la formation
- Evaluations formatives tout au long de la formation (quiz, mise en situation...)
- Questionnaire de satisfaction à la fin de la formation

PROFIL DE L'INTERVENANT :

- Formateur spécialiste de l'efficacité professionnel et de la communication

REFERENT HANDICAP

- Pour toute inscription de personnes en situation de handicap, il convient de nous prévenir de manière à étudier l'aménagement de la formation.
- Le référent handicap est Léa Ménager, 07 62 50 71 95 - lea.menager@firstgroup.fr

NIVEAU DE PERFORMANCE

- Nombre de stagiaires ayant suivi la formation en 2023 : 141
- Taux d'assiduité : 80%
- Taux de satisfaction des stagiaires : 97%

CONTACT

First Group spark, 63, avenue de Villiers 75017 Paris Mail : contact@firstgroup.fr

Lien direct accessible depuis le site internet de l'organisme de formation :

<https://www.firstgroup.fr>