

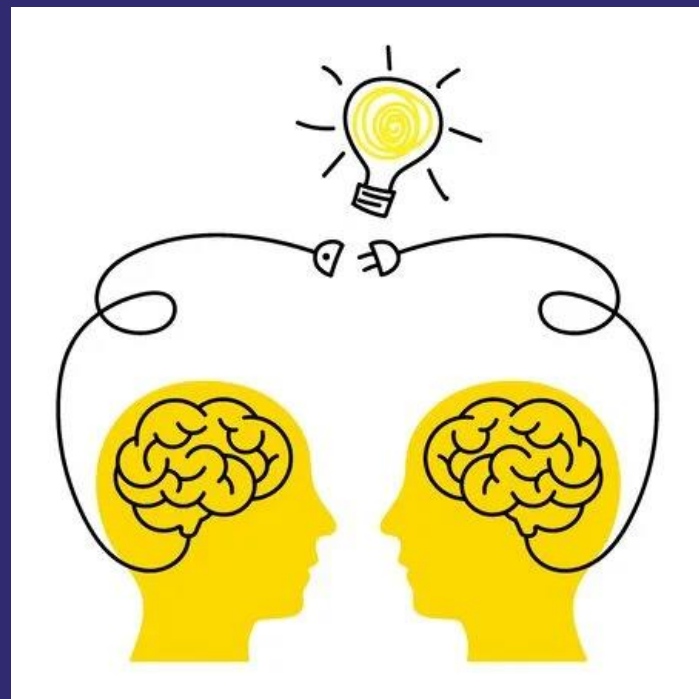


Donnez du souffle à vos objectifs !

Edition 2024

www.normandiecoaching.fr

- • • Avec Normandie coaching...



**Optez pour des solutions
flexibles et co-construites !**



Yannick VARÉE

Dirigeant indépendant

Expérimenté en management

(plus de 20 ans sur des postes de Direction)

Coach diplômé de l'Université Paris 8

Certifié Coach Process communication®

Certifié Coach d'équipe Quality Team®

Médiateur formé à l'Institut Français de la Médiation

Formé au Co-développement, à l'Analyse des pratiques professionnelles et à la Facilitation

& ses partenaires



5 domaines d'expertise



Coaching individuel
& d'équipe



Formation
Co-développement
& Analyse des pratiques



Facilitation



Médiation



Conseil Rh

Catalogue formation intra

100% personnalisable, adapté à vos besoins



En fonction de votre spécificité et de vos besoins, nous déterminons ensemble les actions les plus pertinentes, un programme de formation est alors élaboré sur-mesure.

Ce catalogue présente quelques thématiques, la formation sera adaptée ou créée en fonction d'un entretien préalable.

100% *sur mesure* !

Parcours management

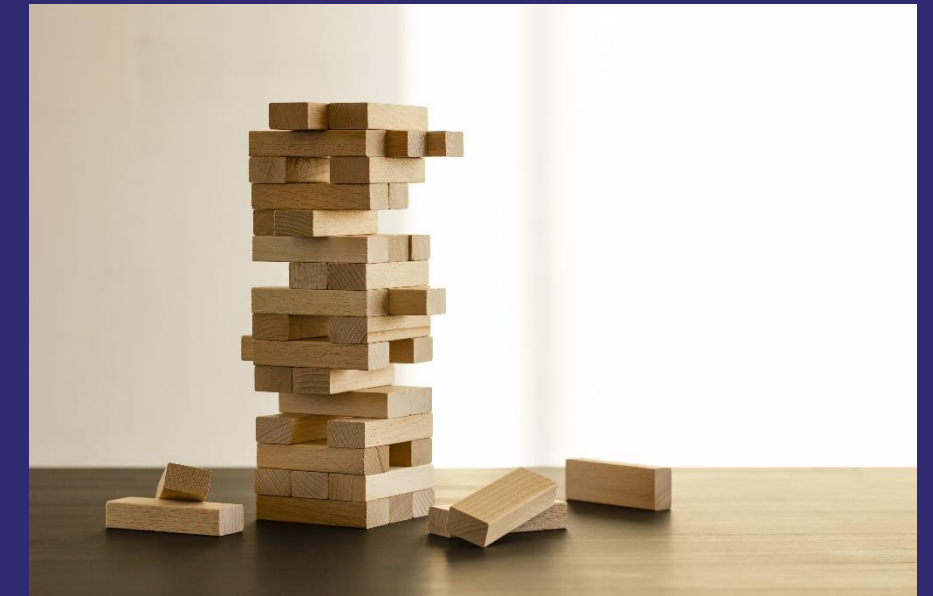
En présentiel ou à distance

Formation individualisée pour répondre aux besoins spécifiques d'un manager.
Le parcours de formation est sur-mesure, le travail est effectué en situation réelle.

Objectifs pédagogiques : Maîtriser les techniques managériales, être à l'aise dans sa posture de manager (autres objectifs à définir ensemble).

Programme de formation :

1. Découvrir le modèle Process communication®
2. Savoir adapter son mode de management
3. En fonction des besoins individuels, des modules personnalisés sont ajoutés :
 1. Développer son Assertivité
 2. Prévenir la gestion du Stress
 3. Gérer les situations conflictuelles
 4. Préparer et mener les entretiens managériaux...



Public cible : Manager

Prérequis : débutant à confirmé

Durée : de 7 à 21 heures, rythme défini à votre convenance.

Tarif : à partir de 1 250 €



Manager une équipe - niveau 1

En présentiel ou à distance

Objectif pédagogiques : Réussir sa première fonction managériale

Programme de formation :

1. Découvrir le modèle Process communication®
2. Définir les différents rôles du manager
3. Réussir ses premiers contacts et adapter son style de management
4. Gérer les situations spécifiques ou délicates
5. Construire son plan de réussite



Public cible : Manager

Prérequis : débutant

Durée : 14 heures – 2 jours

Tarif : 1 260 € par jour



Manager une équipe - niveau 2

En présentiel ou à distance

Objectif pédagogiques : Renforcer ses capacités managériales.

Programme de formation :

1. Intégrer un nouveau collaborateur
2. Apprendre à déléguer
3. Appréhender les différents entretiens
4. S'approprier les objectifs, préparer et fixer des objectifs
5. Acquérir les savoir-faire relationnels pour faciliter l'entretien



Public cible : Manager

Prérequis : débutant

Durée : 14 heures – 2 jours

Tarif : 1 260 € par jour



Mieux gérer le stress

En présentiel uniquement

Objectif pédagogiques : Maîtriser les techniques managériales et être à l'aise dans sa posture de manager.

Programme de formation :

1. Comprendre et évaluer ses facteurs de stress
2. Se protéger au quotidien
3. Apprendre à se détendre intellectuellement, physiquement et émotionnellement
4. Découvrir une boîte à outils pour se préparer



Public cible : Tout public

Prérequis : Aucun

Durée : 7 à 14 heures

Tarif : 1 260 € par jour



Rester maître de ses émotions

En présentiel uniquement

Objectif pédagogiques : Améliorer sa maîtrise émotionnelle et développer son intelligence émotionnelle au quotidien

Programme de formation :

1. Mieux se connaître par rapport aux émotions
2. Comprendre le fonctionnement des émotions
3. Développer sa conscience émotionnelle
4. Comment gérer ses émotions



Public cible : Tout public

Prérequis : Aucun

Durée : 7 à 14 heures

Tarif : 1 260 € par jour



Développer son assertivité

En présentiel uniquement

Objectif pédagogiques : Développer une communication constructive

Programme de formation :

1. Connaître et se positionner dans les quatre attitudes
2. Prendre du recul sur sa communication
3. Être clair et factuel dans ses demandes et feed-back
4. Savoir faire face aux comportements qui perturbent
5. S'entraîner à communiquer autrement



Public cible : Tout public

Prérequis : débutant

Durée : 7 à 14 heures

Tarif : 1 260 € par jour



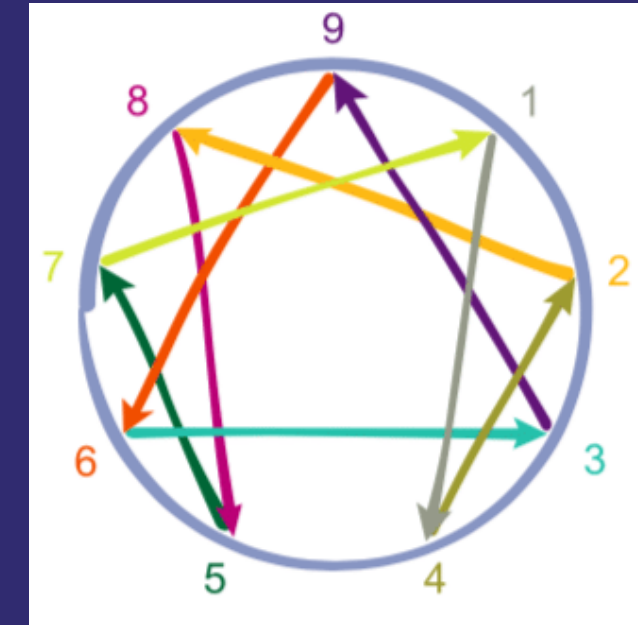
Initiation Ennéagramme

En présentiel uniquement

Objectif pédagogiques : Découvrir la dynamique de nos personnalités

Programme de formation :

1. Comprendre la mise en place des différentes personnalités
2. Découvrir et assimiler les facettes de chacun des 9 profils
3. Se positionner dans le modèle
4. Acquérir les clés pour repérer les profils dans son entourage
5. Améliorer la communication interpersonnelle



Public cible : Tout public

Prérequis : débutant

Durée : 7 heures – 1 jour

Tarif : 1 260 € par jour



Animer des réunions efficaces

En présentiel uniquement

Objectif pédagogiques : Conduire des réunions adaptées à ses objectifs

Programme de formation :

1. Maîtriser les techniques et outils d'animation
2. Savoir préparer une réunion
3. Maîtriser sa communication
4. Découvrir des techniques de facilitation
5. Être initié à l'art oratoire



Public cible : Tout public

Prérequis : débutant

Durée : 7 heures – 1 jour

Tarif : 1 260 € par jour



Mieux gérer les divergences et les conflits

En présentiel uniquement

Objectif pédagogiques : Comprendre la dynamique des conflits, savoir anticiper les conflits et identifier les méthodes de résolution, acquérir des méthodes pour sortir du conflit par le dialogue

Programme de formation :

1. Interpréter et appréhender les bases de la communication
2. Différencier problème, tension, crise et conflit
3. Adopter des comportements efficaces pour sortir du conflit
4. Assumer ses responsabilités
5. Sortir des conflits par la régulation, la médiation ou l'arbitrage



Public cible : Manager

Prérequis : débutant à confirmé

Durée : 7 à 14 heures

Tarif : 1 260 € par jour



En formation classique ou à suivre en équipe !

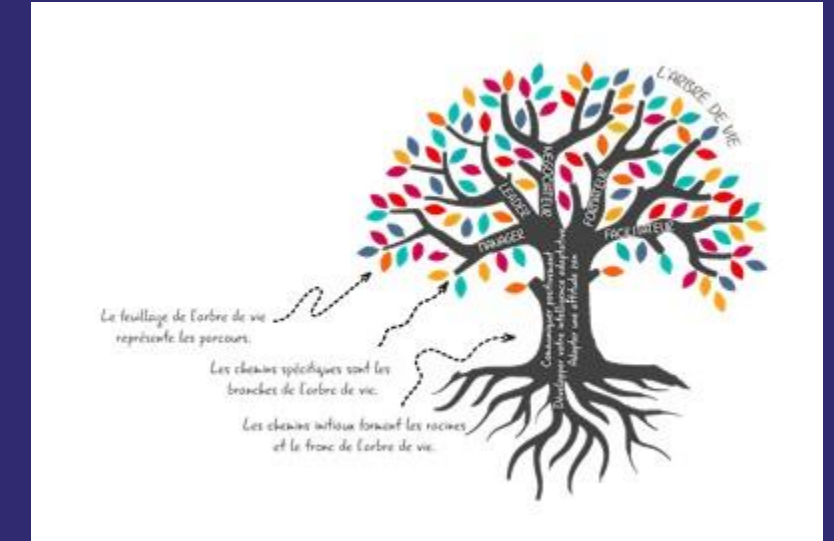
L'Arbre de vie

En présentiel uniquement

Objectif pédagogiques : Faire émerger compétences, ressources et valeurs, gagner en confiance et en estime de soi, mobiliser son équipe

Programme de formation :

1. Découvrir et expérimenter soi-même l'arbre de vie afin de pouvoir l'utiliser à des fins personnelles et managériales
2. Comprendre que le tout est plus important que la somme des parties et réaliser que chacun a ses spécificités, sa singularité et qu'il est essentiel au bon fonctionnement de l'équipe
3. Faire émerger compétences ressources et valeurs, pour gagner en confiance et en estime de soi mais aussi en bien-être
4. Apprendre à regarder sa vie sous l'angle des forces et des compétences
5. Réaliser que toute tempête interne est inévitable dans une équipe mais que cette dernière a les moyens de trouver les solutions si tant est que le regard du manager est orienté vers les forces ressources et solutions.



Public cible : Tout public

Prérequis : Aucun

Durée : 7 heures

Tarif : 1 260 € par jour

A suivre en équipe !

Formation à suivre en équipe pour comprendre les modes de fonctionnement de chacun et optimiser sa communication. Ce parcours de formation est adapté au Team Building.

Objectif pédagogiques : Maîtriser les techniques managériales, être à l'aise dans sa posture de manager.

Programme de formation :

1. Découvrir le modèle Process communication et savoir adapter son mode de management
2. En fonction des besoins individuels, des modules personnalisés sont ajoutés :
 1. Développer son Assertivité
 2. Prévenir la gestion du Stress
 3. Gérer les situations conflictuelles
 4. Préparer et mener les entretiens managériaux...

Quality team

En présentiel uniquement



Public cible : CODIR, Equipe

Prérequis : Aucun

Durée : 14 heures – 2 jours

Tarif : 1 260 € par jour



Co-développement & Analyse des pratiques

En présentiel ou à distance

Formation de groupe qui permet un partage de pratiques et de problématiques concrètes entre pairs.

Objectif pédagogiques : Développer la transversalité et l'intervision

Programme de formation :

1. S'approprier la méthode de co-développement
2. Découvrir de nouvelles modalités d'actions et de résolution de problèmes
3. Appréhender l'écoute active, l'art du questionnement et l'approche systémique pour la résolution des problématiques



Public cible : groupe de pairs

Prérequis : Aucun

Durée : par session de 3 heures

Tarif : à partir de 550 € par session



**Développer les potentiels,
Boostez vos équipes,
& Multipliez vos chances de succès**



Enthousiasme



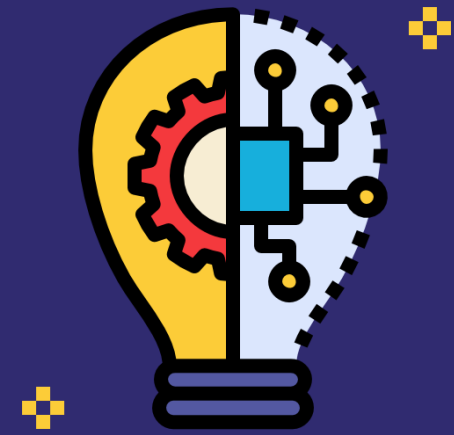
Implication



Qualité



Nos outils pédagogiques



Innovation Game : Prise de conscience par la mise en place de travail collectif stimulant, la réflexion et la production de solutions : hackathon, speedboat, Légo® ...



Collaboratif learning : Animation de groupe fondée sur l'intelligence collective (Co-développement, groupe d'analyse des pratiques, world café...)



Process Communication Model® : être conscient de sa personnalité, Adapter son style de communication et Construire des relations plus solides



Ludo pédagogie : Animation expérientielle basée sur le jeu et la mise en situation.



Training : Mise en situation pour s'entraîner dans diverses situations

Nos modalités d'évaluation



- Synthèses régulières des points clés par les participants.
 - Bilan de fin de formation avec micro-engagements.
 - Autodiagnostic en amont et en aval de la formation.
 - Certification de réalisation de formation.



Nos conditions et délais

- Inscription sur demande dans les 15 jours (sous réserve de disponibilité).
 - Règlement intérieur et conditions générales disponibles sur www.normandiecoaching.fr

L'engagement de la qualité



Qualiopi est une certification qui reconnaît le professionnalisme de l'organisme de formation et qui est délivré par des organismes accrédités COFRAC. Pour être labellisé Qualiopi, il faut répondre à 7 critères qualités déclinés en 32 indicateurs.



L'enregistrement Datadock permet de vérifier la conformité des organismes de formation par rapport aux 6 critères définis par l'article R6316-1 du Code du Travail.

Un besoin ? Contactez-Nous

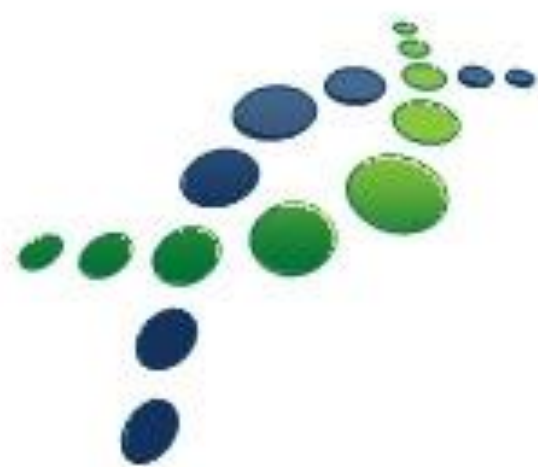


06 61 71 23 49

contact@normandiecoaching.fr

www.normandiecoaching.fr





Normandie Coaching