

DÉCRYPTER LES ÉMOTIONS POUR MIEUX COOPÉRER

Formation e-learning - 100% asynchrone

En 2015 au Forum Mondial de Davos, l'intelligence émotionnelle est entrée au TOP 10 des compétences nécessaires pour diriger. Mais à tous les niveaux de l'organisation cette compétence est nécessaire pour coopérer. Dans cette formation vous apprendrez le mécanisme des émotions pour mieux vous comprendre et comprendre l'autre. Ainsi vous créerez les conditions relationnelles propices au développement de la coopération dans une équipe.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Définir ce qu'est une émotion
- Expliquer le mécanisme des émotions
- Décoder les causes de l'émergence d'une émotion et du besoin non satisfait
- Identifier les moyens de créer la coopération grâce à l'intelligence émotionnelle

PUBLIC VISÉ

Cette formation s'adresse à toutes les personnes désirant soigner la qualité des interactions dans l'environnement professionnel.

Catégorie : tout public

Prérequis : aucun pré-requis n'est nécessaire

Nombre de participants : formation individuelle

DURÉE & RYTHME DE LA FORMATION

Formation en ligne : 1h30

Travail personnel en dehors des temps de formation : 1h30

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Evaluation d'accès à la formation : selon le flux d'entrée de la demande, en amont de la signature de la convention, un entretien préalable avec les Managers, le service RH et/ou l'apprenant permet de faciliter l'entrée des participants à la formation.

Evaluation sommative : via la plateforme de formation en ligne, des questions sont posées aux apprenants tout au long de la formation d'analyser les progressions et d'identifier les connaissances maîtrisées dans les divers thèmes du programme développé.

Un QCM de début et fin de formation permet d'évaluer la progression.

Evaluation de la satisfaction du stagiaire : à l'issue de cette formation une évaluation est réalisée par chaque participant. Elle permet de mesurer sa satisfaction et l'utilité perçue de la formation.

PROGRAMME DE FORMATION

Partie 1 : Les émotions

- & Les émotions primaires
- & Les émotions secondaires
- & Un mécanisme physiologique
- & Quizz

Partie 2 : Le mécanisme des émotions

- & Comprendre le mécanisme des émotions
- & Du déclencheur au passage à l'action
- & Exercices pratiques

Partie 3 : La satisfaction d'un besoin

- & Emotions et besoins
- & Exercice pratique sur un cas concret

Partie 4 : L'intelligence émotionnelle pour développer la coopération

- & La définition de la coopération et ses composantes
- & Le climat relationnel
- & L'accueil des émotions
- & La régulation
- & L'inclusion

Modalités pédagogiques :

La formation est composée de différents chapitres comprenant chacun :

- une présentation du déroulé du chapitre
- des apports théoriques présentés selon différents formats : vidéos, visuel, animation
- des exercices : quizz, questions de réflexions, exercice de mise en pratique

L'apprenant peut télécharger les fiches liées au contenu, les exercices.

Lorsque cela lui est demandé, l'apprenant doit réaliser en dehors du temps de formation en ligne, des exercices pour mettre en pratique les apports de la formation. Selon le format du parcours distanciel (e-learning ou blended), les exercices peuvent être corrigés par le formateur.

Si l'apprenant a des questions, il peut poser ses questions directement sur la plateforme (voir ci-dessous), le formateur s'engage à lui apporter une réponse dans les 24H ouvrés.

Selon la nature du parcours de formation, l'apprenant peut bénéficier de séquence individuelle de formation à distance avec un formateur dédié.

Modalités techniques de la FOAD :

La formation est hébergée sur la plateforme www.360Learning.com. L'apprenant reçoit un mail l'invitant à créer son compte pour accéder à sa formation. Il est autonome pour suivre la formation.

La plateforme permet de :

- Suivre l'évolution du participant dans le module et de s'assurer qu'il termine la formation (des relances automatiques peuvent être programmées)
- Avoir accès aux réponses aux QCM et questions ouvertes qui lui sont posées
- Recueillir ses feedbacks (possibilité de faire des feedback à chaque activité)
- Une personne chargée de l'administration de la plateforme, informaticien, est chargée de l'assistance des apprenants à distance en cas de problème.
- Via la plateforme 360Learning l'apprenant peut tout au long de sa formation indiquer directement ses questions, ses remarques ou alerter en cas de problème technique.
- Les réponses sont apportées de manière asynchrone dans un délai de 24H maximum via la plateforme.

Matériel nécessaire pour l'apprenant : ordinateur, tablette, connexion internet, équipement permettant de télécharger des fichiers ppt, excel, Word, pdf pour réaliser les exercices ou télécharger les fiches mémo.

Accessibilités personnes handicapées : Si vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour accéder ou suivre cette formation merci de nous prévenir afin que nous prenions les mesures nécessaires.

INTERVENANTS

Partie pédagogique : Albane Vigneron

Partie technique : Jérôme Metral