

Pour toutes demandes d'informations

Association OREADE

Le Bel Ormeau Bât C3
Avenue Jean-Paul Coste
13100 Aix-en-Provence

06-15-43-08-18 aoreade@yahoo.fr

www.odyssee-bienetre.fr

Programme Formation

2018/2019

N'hésitez pas à nous contacter pour obtenir plus d'informations,
échanger sur vos attentes,
obtenir une fiche pédagogique détaillée,
vous inscrire à un stage !

Si vous avez un projet de formation au sein de votre organisation
sur l'une des formations proposées ou
même sur un souhait de formation sur mesure,
nous sommes à votre disposition pour réfléchir avec vous sur
les objectifs et les résultats attendus.





Une équipe de Formateurs - Praticiens

Formateur Permanent

Jean-Michel PICAZO

- ✓ Formateur systémicien et thérapeute familial à l'association OREADE
- ✓ Psychopraticien Humaniste (analyse transactionnelle et PNL)
- ✓ A travaillé comme formateur et thérapeute au Centre de Consultations et de Formation La Durance (Marseille)
- ✓ Membre EFTA et FF2P

Formatrices Associées

Safia MOUSSAOUI

- ✓ Formatrice systémicienne (champs médico-social) et thérapeute familiale
- ✓ Praticienne EFT (Technique psycho-énergétique)
- ✓ Educatrice spécialisée (Conseil Départemental 13)
- ✓ A travaillé comme formatrice au Centre de Consultations et de Formation La Durance (Marseille)
- ✓ Membre EFTA

Karine PERUCCA

- ✓ Formatrice systémicien et thérapeute familiale à l'association OREADE.
- ✓ Assistante Sociale « Pôle Enfance Famille » (Conseil Départemental 13).
- ✓ Membre EFTA

Un programme de formation et de form'actions

Le pôle formation de notre centre « Odyssee Bien-être » s'est spécialisé dans les actions de formations suivantes :

✓ D'une part autour de l'**approche systémique**, avec des modules de formations thématiques et d'accompagnement, autour des concepts et pratiques de l'intervention systémique, principalement à l'attention de travailleurs sociaux et professionnels de la relation d'aide (psychologue,...), travaillant en relation avec, ou employés au sein, d'institutions du secteur social ou médico-social (pages 11 à 13 : modules de formations : " Intervention systémique")

✓ D'autre part autour d'une **approche humaniste** (analyse transactionnelle, programmation neuro-linguistique...) et globale (intervention systémique...).

Cette offre est orientée vers le développement personnel et la réalisation de soi, l'amélioration de la communication et des relations interpersonnelles, ainsi que l'amélioration de l'efficacité et du bien-être au travail. Ce programme de formations est destiné aux professionnels du secteur public, du monde de l'entreprise et de l'associatif (sous conditions, aux particuliers). (Pages 3 à 10 : modules de formations "Relationnel-Communication-Bien-être au travail").

Je demande :

- De l'information sur le stage
- Mon inscription au stage

et je joins 25% du montant du stage en acompte par chèque n°

Nom Prénom

Adresse personnelle

Tél Courriel

Si prise en charge employeur ou si formation effectuée sur le temps de travail avec

accord de l'employeur

Adresse professionnelle

Tél Courriel

Les frais de formation seront :

- A ma charge
- Pris en charge par un organisme (employeur, financeur)

Bulletin à retourner par courrier à :

Association OREADE
Le Bel Ormeau Bâtiment C3
Avenue Jean-Paul Coste
13100 Aix-en-Provence

ou par courriel à : aoreade@yahoo.fr





- ✓ Consultez votre employeur ou le FAF (Fonds d'Assurance Formation) dont il relève (FONGECIF, Unifformation, AGEFOS PME, UNIFAF...) pour savoir si les formations qui vous intéressent peuvent être prises en charge dans le cadre de la formation continue. Notre centre s'engage dans la démarche qualité des organismes de formation (cf site internet).
- ✓ Inscription individuelle : nous vous demandons de verser un acompte de 25% du prix du stage avec la fiche d'inscription, pour confirmation de votre inscription (les tarifs des formations sont nets, notre association n'est pas assujettie à la TVA).
- ✓ En cas d'annulation de votre part moins de 15 jours avant le début d'une formation, ou en cours de stage, l'association OREADE facturera 30% du prix de la formation au stagiaire ou à l'institution, 100 % à moins de 2 jours, sauf cas de force majeure et sur justificatif.
- ✓ En cas d'annulation de notre part, vous serez avertis au plus tard 10 jours avant la date de début (sauf cas de force majeure survenant dans les 10 jours qui précède le début du stage) et remboursés intégralement des acomptes versés.
- ✓ Les modalités de paiement figurent dans la convention.
- ✓ Toute action de formation donne lieu à la délivrance d'une attestation de participation.
- ✓ Une fiche technique détaillant le contenu de l'action de formation vous sera expédiée dès réception de votre demande d'information.

OREADE est une structure sous statut associatif, créée en 1997, qui regroupe notamment des professionnels de l'accompagnement et de la relation d'aide. Elle oeuvre depuis plusieurs années à l'amélioration du bien-être individuel et collectif, dans le cadre d'un programme de formations.

Fort de cette expérience, l'équipe du pôle Formation "Odyssee Bien-être", propose depuis septembre 2014, un programme de formations d'orientation systémique et humaniste. Durant l'été 2016, nous avons étoffé notre offre et notre équipe pour oeuvrer aux côtés des thérapeutes et formateurs systémiciens.

Quelle est notre approche du "bien-être" ?

Le "bien" "être" est, en général, l'état d'une personne permettant le bon fonctionnement de son activité psychique (le mental) et somatique (le corps).

Il s'apparente donc à une bonne santé physique (satisfaction des besoins primordiaux du corps) et psychologique (perceptions subjectives ou satisfactions personnelles diverses, financières, professionnelles, sentimentales).

Le bien-être est un "sentiment général" d'agrément, de plaisir; d'épanouissement, que procure la pleine satisfaction des besoins du corps et/ou de l'esprit. Il est dit "qu'un état de bien-être" permet à chacun de réaliser son potentiel et de faire de son mieux au travail, en famille et en société. C'est donc une manière d'atteindre ou de tendre vers la réalisation de soi, l'harmonie avec soi et les autres, l'efficacité professionnelle.

Nos réflexions autour du concept et des postulats du bien-être, ainsi que de la manière d'accompagner un individu à agir sur son propre bien-être et à améliorer sa relation aux autres, nous ont logiquement conduit à proposer une démarche pédagogique autour d'activités mêlant l'usage de la parole et du mental à des approches plus corporelles.

Pourquoi ce concept de "l'Odyssee" ?

Le tryptique "corps, esprit, parole" constitue ainsi le socle de nos activités de relation d'aide, d'accompagnement et de formation, dans la recherche d'une évolution, d'un éveil personnel, d'un changement comportemental et relationnel, comme après le retour d'un voyage, d'une "Odyssee" parsemée d'aventures intérieures, d'introspection et de connaissance de soi, de partages intellectuels, d'expériences émotionnelles, de rencontres avec soi-même, avec l'autre. Les aspects pédagogiques de notre programme de formations s'appuient notamment sur cette conception de l'atteinte du bien-être.

J-M. Picazo
Formateur Pôle "Odyssee^{be} Formation"

Sommaire

Modules de formation « Relationnel et Communication » « Bien-être au travail »

Savoir-faire et savoir-être pour améliorer la communication
interpersonnelle & ses compétences relationnelles
Intervention Systémique, Analyse Transactionnelle ou PNL P 5-6

Savoir-faire et savoir-être pour améliorer ses compétences
relationnelles et ses capacités d'encadrement **SPECIAL "CADRES"** P 7
(approche intégrée de l'intervention Systémique, de l'Analyse Transactionnelle et de la PNL)

Estime de soi, confiance en soi, sources d'efficacité
professionnelle et de réalisation de soi P 8

Construire une démarche de bien-être pour tous
et d'amélioration continue au travail P 9-10

Gestion des risques de maltraitance en établissements : repères, outils. Développer les postures bienveillantes

Modules de formation
« Intervention Systémique »
Thématique

Contexte

Les formes de mauvais traitements sont multiples et les signes en sont souvent peu perceptibles.

Au-delà du traitement de ces situations de maltraitance, développer une politique de bientraitance consiste en une recherche permanente de la qualité du service que l'établissement et ses professionnels doivent aux enfants accueillis et à leurs parents. Cet objectif implique de mener une réflexion éthique sur le sens des pratiques professionnelles, de veiller à la qualité de la relation personne accueillie / professionnels.

Objectifs

- ✓ Pouvoir **mener une démarche** de gestion de la maltraitance en repérant les risques et les indicateurs.
- ✓ **Elaborer des outils** de prévention et de traitement des situations à risque et de maltraitements.
- ✓ **Enrichir la culture de bientraitance** existante de la personne dans le cadre de la mise en oeuvre du Document Unique sur la bientraitance enfant et aussi de sa famille.

Méthode pédagogique

La formation alterne apports de connaissances, de méthodes et d'outils, exercices pratiques à partir de situations concrètes.

La démarche est participative favorisant les échanges et les prises de parole sur le sujet.

Public

Travailleurs sociaux, médico-sociaux, équipe pluri-disciplinaire des établissements sociaux, éducatifs.

| | |
|--------------|---|
| Durée | Coût |
| 2 jours | A la demande d'une institution : ✓ 850 € par jour ✓ Frais en sus (déplacement, repas) |
| Lieu | Formateurs |
| A déterminer | Safia Moussaoui ✓ Thérapeute et formatrice systémicienne, éducatrice spécialisée |

La visite à domicile

Modules de formation
« Intervention Systémique »
Thématique

Contexte

Pendant la visite, le professionnel pénètre l'espace familial et se trouve ainsi face à la complexité d'une réalité de vie (contexte social, conditions de vie, problématique familiale...). Faut-il tenir compte de tout ce qui est observé ?

Objectifs

- ✓ **Acquérir des outils** pour travailler à partir du domicile des familles, des personnes accompagnées.
- ✓ **Développer** des aptitudes relationnelles et des stratégies de communication.
- ✓ **Déterminer** en quoi cette démarche très directe peut faciliter l'identification des problèmes, leur résolution et l'ajustement des solutions.
- ✓ **Repérer** le moment le plus pertinent pour proposer la visite à domicile ou l'imposer.
- ✓ **Repérer et mobiliser** les potentialités de la personne ou du groupe familial.

Méthode pédagogique

Des apports théoriques et des mises en situation permettant l'appropriation des outils proposés. Analyses à partir de l'expérience professionnelle des participants et des formateurs.

Public

Tout professionnel des champs médico-social, éducatif amené à intervenir au domicile des familles, de manière régulière ou ponctuelle.

| | |
|--------------|--|
| Durée | Coût |
| 3 jours | A la demande d'une institution ✓ 850 € par jour ✓ Frais en sus (déplacement, repas) |
| Lieu | Formateurs |
| A déterminer | Safia Moussaoui ✓ Thérapeute et formatrice systémicienne, 15 éducatrice spécialisée. |

formations

Modules de formation « Intervention Systémique »

Améliorer le fonctionnement d'équipe :
la régulation d'équipe P 11

Analyse des Pratiques Professionnelles (APP) P 12

Sensibilisation à l'intervention systémique P 13

La Protection de l'Enfant P 14
(Loi du 14 Mars La Protection de l'Enfant (Loi du 14 Mars 2016)
Philosophie, orientations et enjeux

La visite à domicile P 15

Gestion des risques de maltraitance en établissements :
repères, outils. Développer les postures bienveillantes P 16

Contexte

Dans tous nos actes quotidiens qu'ils soient dans la sphère personnelle ou d'ordre professionnel, nous sommes en situation de communication : diriger une équipe, manager des collaborateurs, animer une réunion, former, prendre la parole en public, vendre, gérer un conflit...

La qualité des relations professionnelles et l'efficacité de la communication sont des facteurs déterminants dans la mobilisation et la motivation.

Pour répondre à la plus grande diversité d'appétences et d'attente en matière de développement des savoir-être relationnels et savoir-faire en communication, nous proposons cette formation sous 3 formats distincts et complémentaires, d'apprentissages d'outils et techniques :

- ✓ **Module 1** - par l'approche de l'**analyse transactionnelle** (3 jours)
- ✓ **Module 2** - par l'approche de la **programmation neuro-linguistique** (PNL) (3 jours)
- ✓ **Module 3** - par l'approche **systémique** (3 jours)

Objectifs

Module 1 : par l'approche Analyse Transactionnelle (AT)

- ✓ **Décrypter** les comportements et relations à travers les apports de l'Analyse Transactionnelle.
- ✓ **Mieux se connaître** dans la relation à l'autre et analyser sa manière de communiquer.
- ✓ **Etablir** des relations constructives et positives dans la communication interpersonnelle.
- ✓ **Prévenir** les enjeux psychologiques et éviter les conflits.
- ✓ **Développer** son autonomie et modifier sa résistance au changement.

Module 2 : par l'approche PNL (Programmation Neuro-Linguistique)

- ✓ **Décrypter** les comportements à travers la programmation neurolinguistique (PNL).
- ✓ **Savoir créer** un climat de confiance, se mettre à la place de l'autre pour mieux communiquer et coopérer.
- ✓ **Maîtriser** les techniques d'écoute et de compréhension de l'autre.
Communiquer avec souplesse. Apprendre à motiver.
- ✓ **Mieux connaître** son propre fonctionnement et renforcer ses ressources personnelles.
- ✓ **Prendre conscience** de ses croyances limitantes, de ses stratégies comportementales.

Contexte

Dans la continuité des lois du 02/01/2002 et du 05/03/2007, la réforme de la protection de l'enfance du 14/03/2016 procède d'une démarche ambitieuse de promotion des droits de l'enfant et de la perspective de la bientraitance comme moteur de toutes les actions le concernant. Un éclairage sur les lois de protection de l'enfance et sur le rôle et la place de chacun de ses acteurs, est indispensable pour se repérer et développer un partenariat professionnel.

Objectifs

- ✓ **Identifier** le concept de Protection de l'enfance en le reliant à la loi du 14/03/2016.
- ✓ **Les grandes orientations de la réforme** et leurs implications concrètes.
- ✓ **Appréhender** l'articulation entre les différents acteurs dans la prise en charge d'un mineur.
- ✓ **Connaitre** l'organisation du dispositif au niveau national et décliné au niveau local.
- ✓ **Sensibiliser** les travailleurs sociaux à ce que devrait être un positionnement éthique bientraitant dans la relation d'accompagnement d'un enfant et aussi de sa famille.

Méthode pédagogique

Apports théoriques et échanges. La démarche est participative nécessitant l'implication dynamique des participants.

Public

Travailleurs sociaux, médico-sociaux, équipe pluri-disciplinaire des établissements sociaux, éducatifs (Itep, IME, MECS, AEMO...)

| | |
|---|--|
| <p>Durée</p> <p>1 jour ou 2 jours (selon les souhaits des items à approfondir)</p> | <p>Coût</p> <p>A la demande d'une institution :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 850 €/jour ✓ Frais en sus (déplacement, repas) |
| <p>Lieu</p> <p>A déterminer</p> | <p>Formateur</p> <p>Safia Moussaoui</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Thérapeute et formatrice systémicienne, éducatrice spécialisée |

Contexte

Pratiquée en France depuis les années 70, l'approche systémique a déjà donné lieu à de nombreuses applications, notamment l'accompagnement des organisations, des équipes et des personnes, à devenir créatrices de leur changement, ou encore la thérapie des systèmes familiaux.

Objectifs

- ✓ **Acquérir** les éléments théoriques relatifs à l'approche systémique et au contexte de travail (pour une équipe, un service...).
- ✓ **Intégrer** une nouvelle manière de penser les situations et d'aborder sa pratique professionnelle (savoir-être), utiliser de nouveaux outils d'intervention (savoir-faire).
- ✓ **Être capable**, à partir de ses observations et de la grille de lecture systémique, d'identifier les différentes règles d'un fonctionnement (d'équipe, familial,...).
- ✓ **De construire des hypothèses** en fonction de ces observations.
- ✓ **De proposer des modes d'accompagnement** susceptibles de créer des changements au sein d'un système (équipe professionnelle, groupe de travail, famille...).

Méthode pédagogique

Apports théoriques et pratiques - Mises en situation - Exploitation du vécu du groupe et de situations professionnelles - Exercices en groupes - Bilan intermédiaire de formation.

Public

Tous les professionnels du secteur public ou privé exerçant une activité comportant des dimensions relationnelles et/ou nécessitant un travail en équipe.
12 personnes maximum, au-delà, possibilité d'avoir plusieurs groupes.

| | |
|--|--|
| <p>Durée</p> <p>6 jours maximum (possibilité d'adapter un programme sur 4 ou 5 jours)</p> | <p>Coût</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 850 €/jour ✓ Frais en sus (déplacement, repas) |
| <p>Lieu</p> <p>A la demande d'une institution (intra), dans ses locaux ou à l'extérieur</p> | <p>Formateurs</p> <p>Safia Moussaoui / Karine Perruca / JM Picazo</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Thérapeutes familiaux |



Module 3 : par l'approche Systémique (intervention systémique -IS)

- ✓ **Comprendre** les mécanismes de la communication et des relations interpersonnelles.
- ✓ **Changer le regard** sur le processus de communication et les enjeux relationnels.
- ✓ **S'approprier** les pratiques indispensables à une bonne communication interpersonnelle, à une attitude favorisant le dialogue.
- ✓ **Mieux écouter** pour mieux se comprendre mutuellement.
- ✓ **Générer** des relations constructives et favoriser la coopération.

Méthode pédagogique

Apports théoriques sur approches relationnelles et techniques de communication (IS, AT, PNL). Mises en situation pratiques ou jeux de rôles. Appropriation des concepts et intégration dans son expérience de vie professionnelle. Temps en individuel, en sous-groupes et grand groupe. Apprentissage et travail sur ses représentations mentales, comportementales et émotionnelles.

Public

Tout professionnel quel que soit le secteur d'activité (public, privé, associatif...), personnes en situation de recherche d'emploi ou particuliers.
12 personnes maximum.

| | |
|--|---|
| <p>Durée</p> <p>3 jours (pour chacun des modules 1, 2 et 3)</p> | <p>Coût</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 900 € / module (tarif entreprise) ✓ 450 € / module (tarif pour particulier) ✓ Possibilité d'une formation en intra (conditions tarifaires particulières) |
| <p>Lieu</p> <p>A déterminer</p> | <p>Formateur</p> <p>Jean-Michel Picazo</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Thérapeute et formateur systémicien, psychopraticien humaniste (PNL, Analyse Transactionnelle) |

Savoir-faire et savoir-être pour améliorer ses compétences relationnelles et ses capacités d'encadrement

(approche intégrée de l'intervention systémique, de l'Analyse Transactionnelle et de la PNL)

Modules de formation
« Relationnel et Communication »

SPECIAL "CADRES"

Contexte

Le cadre, le dirigeant, consacre la majeure partie de son temps à communiquer, diriger une équipe, manager des collaborateurs, animer une réunion de service ou un comité de direction, écouter et répondre, gérer un conflit interne. Une grande part de la réussite du cadre repose sur ses capacités de communication et ses compétences relationnelles, facteurs déterminants dans la mobilisation et la motivation.

Objectifs

- ✓ **Faciliter** la compréhension et la maîtrise du processus de communication, pour améliorer les savoir-faire et savoir-être au sein d'une fonction d'encadrement.
- ✓ **Maîtriser** les outils et techniques pour améliorer son sens de la communication et développer des relations constructives.
- ✓ **Arriver** à une meilleure connaissance de soi et des autres, adapter sa communication.
- ✓ **Développer et renforcer** ses compétences relationnelles, améliorer la qualité des échanges.
- ✓ **Consolider** ses capacités d'encadrement et son intelligence relationnelle au sein de son équipe professionnelle.

Cette formation intégrative aborde ces d'objectifs par une transmission des différents apprentissages propres à chacune des approches, et une vision intégrative de concepts similaires ou en résonance autour des trois approches.

Méthode pédagogique

Apports sur les concepts théoriques et techniques de communication des trois approches relationnelles. Mises en situation pratiques ou jeux de rôles. Temps en individuel, en sous-groupes et grand groupe. Expérimentations de situations amenées par les participants, et travail sur ses représentations mentales, comportementales et émotionnelles.

Public

Tout cadre et dirigeant d'une entreprise, d'une institution, de la fonction publique, d'une association. 10 personnes maximum.

| | |
|---|--|
| Durée 6 jours (2x 3 jours) (possibilité 1 jour sup. pour formation en intra) | Coût ✓ 2200 € (tarif entreprise) ✓ 950 € (tarif pour particulier) ✓ Possibilité d'une formation en intra (conditions tarifaires particulières) |
| Lieu A déterminer | Formateurs Jean-Michel Picazo ✓ Thérapeute et formateur systémicien, psychopraticien humaniste (PNL, Analyse Transactionnelle). |

7

Analyse des Pratiques Professionnelles (APP)

Modules de formation
« Intervention Systémique »
Accompagnement

Contexte

L'analyse de pratiques professionnelles (APP) est une méthode de formation et de perfectionnement des pratiques fondée sur l'examen d'expériences professionnelles, consistant à décrire et à mettre en commun, analyser un vécu professionnel, pour comprendre ce qui a été fait, comment et dans quel objectif.

Objectifs

- ✓ **Proposer** un temps et un espace de parole de partage et de réflexion sur des savoir-faire professionnels et savoir-être, dans une logique de créativité individuelle et collective.
- ✓ **Prévenir** l'épuisement professionnel, les situations d'isolement, les situations conflictuelles, en développant ses capacités d'adaptation.
- ✓ **Élargir** son pouvoir d'action en découvrant de nouvelles stratégies d'analyse de situations, de nouvelles pistes d'actions, des pratiques différentes.
- ✓ **Transmettre** un modèle de pensée « systémique » pour travailler ensemble, pour aider à la décision de changement.

Méthode pédagogique

Echanges collectifs sur les actes professionnels et sur les pratiques des salariés. Questionnement et confrontation aux regards croisés. Apport d'éclairages sur les concepts et pratiques systémiques.

Public

Equipes de professionnels ou des professionnels seuls en institution ou en libéral (qu'ils travaillent ou non en équipe), qui exercent des fonctions ou métiers comportant des dimensions relationnelles importantes. 10 personnes maximum, au-delà, possibilité d'avoir plusieurs groupes.

| | |
|---|---|
| Durée A déterminer En général, une séance de 3h00 par mois sur 9 à 10 mois (séance bilan en fin d'année) | Coût ✓ 450 €/demi-journée (ou 850 €/jour) ✓ 130 €/heure ✓ 60 €/h en individuel ✓ Frais en sus (déplacement, repas) |
| Lieu A la demande d'une institution (intra), dans ses locaux ou à l'extérieur | Formateurs Safia Moussaoui / Jean-Michel Picazo ✓ Formateurs en intervention systémique |

12

Améliorer le fonctionnement d'équipe : la régulation d'équipe

Modules de formation
« Intervention Systémique »
Accompagnement

Contexte

Toute coopération dans un groupe repose sur un accord sur des règles communes, sur des valeurs, sur un projet, sur des pratiques. Régulièrement une équipe a besoin de faire des ajustements, au regard d'évolutions, de changements, de dysfonctionnements, et aussi de vérifier que l'espace du travail est un lieu d'épanouissement pour les professionnels.

Objectifs

- ✓ **Avoir une lecture systémique** de l'organisation dans laquelle on évolue.
- ✓ **Mettre en perspective** et faire baisser d'éventuels blocages, souffrances, événements traumatisants générateurs de stress, de tensions ou de conflits.
- ✓ **Identifier** les fonctions de tels agissements, source d'usure professionnelle.
- ✓ **Rechercher** des solutions acceptables par tous et élaborer de nouvelles stratégies servant l'efficacité collective, en matière de productivité ou d'adéquation de l'offre de service aux besoins des usagers.

Méthode pédagogique

Définition de règles de fonctionnement (écoute, acceptation, respect...). Exercices favorables à l'expression de tous et sources de créativité dans la recherche de solutions collectives. Echanges animés (ressentis et émotions personnelles).

Public

Equipes de professionnels dans tout secteur d'activité, hiérarchies incluses, désireuses d'améliorer leur fonctionnement interne, rencontrant des dysfonctionnements relationnels, de communication interpersonnelle, vecteurs de tensions, de conflits internes, d'inefficacités.

| | |
|---|---|
| Durée A déterminer avec l'institution (généralement 5 jours maximum non consécutifs) | Coût A la demande d'une institution : <ul style="list-style-type: none">✓ 850 €/jour✓ 450 €/demi-journée✓ Frais en sus (déplacement, repas) |
| Lieu A la demande d'une institution (intra), dans ses locaux ou à l'extérieur | Formateur Jean-Michel Picazo <ul style="list-style-type: none">✓ Thérapeute et formateur systémicien et humaniste (analyse transactionnelle et PNL) |

Estime de soi, confiance en soi, sources d'efficacité professionnelle et de réalisation de soi

Modules de formation
« Relationnel et Communication »

Contexte

Une meilleure estime de soi est un facteur d'épanouissement et d'efficacité personnelle et de performance des équipes et des organisations. L'estime de soi et la confiance en soi se conditionnent, se nourrissent mutuellement pour une réalisation de soi efficiente.

Objectifs

- ✓ **Comprendre et s'approprier** les mécanismes de l'estime de soi, pour acquérir une meilleure connaissance de soi-même et compréhension des relations humaines.
- ✓ **Permettre** de s'appuyer sur ses ressources internes pour obtenir des résultats positifs pour soi-même, et pour vivre des relations interpersonnelles de qualités.
- ✓ **Développer** sa confiance en soi au travail et exprimer sa motivation et ses compétences.
- ✓ **Renforcer** ses bases personnelles d'estime de soi et de confiance en soi, gage de réussite et de réalisation de soi.

Méthode pédagogique

Apports théoriques - Exercices pratiques - Mises en situation et évaluations - Exploitation du vécu du groupe en lien avec le thème - Pédagogie d'accompagnement qui permet un travail sur soi et qui est source de valorisation, de confiance en soi et en l'autre.

Public

Tout professionnel du secteur public, associatif et du monde de l'entreprise, personne en situation de recherche d'emploi, particuliers.
10 personnes maximum.

| | |
|--|--|
| Durée 3 jours (possibilité 1 jour sup. pour formation en intra) | Coût <ul style="list-style-type: none">✓ 900 € (tarif entreprise)✓ 450 € (tarif pour particulier)✓ Possibilité d'une formation en intra (conditions tarifaires particulières) |
| Lieu A déterminer | Formateur Jean-Michel Picazo <ul style="list-style-type: none">✓ Thérapeute et formateur systémicien, psychopraticien humaniste (PNL, Analyse Transactionnelle) |

Construire une démarche de bien-être pour tous et d'amélioration continue au travail

Modules de formation
« Bien-être au travail »

Contexte

Dans un monde globalisé, marqué par l'interdépendance entre les individus, les peuples et entre les générations, le bien-être individuel ne peut être atteint s'il n'est pas partagé. En matière de ressources humaines, les entreprises, les collectivités recherchent à faciliter l'expression du personnel sur le bien-être, le mal-être, dans l'objectif de tendre vers un bien-être collectif et une vision partagée de l'amélioration de la qualité de vie au travail.

Objectifs

- ✓ **Faciliter** la convivialité dans le relationnel et la transversalité dans le fonctionnel.
- ✓ **Améliorer** le bien-être de tous au travail.
- ✓ **Renforcer** l'efficacité et l'engagement par la co-responsabilité de tous.
- ✓ **Accroître** l'esprit d'équipe, le sentiment d'appartenance.
- ✓ **Entrer** dans un processus vertueux d'amélioration continue.

Etapes de la démarche

Mise en place du processus de coordination. Expression et traitement des critères de « mal-être » et axes de progrès, notifications de « bien-être ». Elaboration collective de propositions partagées. Réflexion autour d'une démarche d'autoévaluation participative et d'indicateurs de progrès.

Méthode pédagogique

Méthodologie inspirée à la fois d'une démarche de co-responsabilité sociétale intitulée « SPIRAL », créée au niveau européen et diffusée via un Réseau national « TOGETHER France » et de la démarche de type « Agenda 21 interne », propice à la création d'une intelligence collective.

Ateliers interactifs en petits groupes.

Restitution collective.

Apports pragmatiques.

Public

Equipes de professionnels dans tout secteur d'activité, hiérarchies incluses, au sein d'une structure publique (collectivité, EPCI, syndicat mixte...) ou privée (entreprise, association coopérative, couveuse d'entreprises...).

Nombre de participants selon demande (minimum 15 personnes)

| Durée | Coût |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">✓ Module de base « Mise en oeuvre de la démarche » : Entre 3 et 5 jours en présentiel. A déterminer selon la demande et en fonction du nombre de participants : Présentation démarche, sensibilisation personnel, animation ateliers, mise en forme des résultats.✓ Module optionnel « Suivi de la démarche » : Entre 2 et 6 jours supplémentaires. A déterminer selon la demande et en fonction du nombre de participants. Accompagnement programme d'actions, mise en place procédure suivi/évaluation) | A la demande d'un organisme : <ul style="list-style-type: none">✓ 1200 € /jour✓ 700 € la demi-journée✓ Frais en sus (déplacement, repas) |
| Lieu | Formateur |
| A la demande d'un organisme (intra), dans ses locaux. | <ul style="list-style-type: none">✓ J-M. Picazo Facilitateur et Dynamiseur Démarche SPIRAL (Réseau Together France), formateur systémicien, psychopraticien humaniste (PNL, Analyse Transactionnelle) |