

Améliorer votre impact dans les projets d'innovation grâce à la PNL (Programmation Neuro Linguistique)

Révéler son potentiel et mettre en lumière celui des autres grâce à des techniques de développement puissantes.

Un outil qui permet d'améliorer sa vie et de construire positivement avec son environnement par le biais de techniques puissantes de communication et de transformation.

Durée : 21.00 heures

Effectif : 3 minimum / 12 maximum

Profils des stagiaires

- Managers, facilitateurs, formateurs, consultants, chefs de projets, designers, entrepreneurs, UX designers
- Particuliers, à titre personnel ou professionnel

Prérequis

- Aucun pré-requis nécessaire

Objectifs pédagogiques

- Se fixer des objectifs et mettre en place des stratégies pour les atteindre
- Améliorer la communication et la cohésion au sein d'une équipe
- Gagner en énergie et en créativité sur des projets
- Construire avec son environnement pour développer de nouvelles opportunités
- Apprendre à accueillir ses émotions et ne pas se laisser envahir
- Comprendre les mécanismes de nos états internes et ceux des autres
- Découvrir ou redécouvrir ses valeurs et ses importants

Compétences visées

- Préparer au mieux un défi important
- Clarifier une vision / Définir un objectif
- Mobiliser des ressources individuelles et collectives
- Développer l'écoute et son sens de l'ouverture pour mieux collaborer
- Maîtriser la communication verbale et non verbale
- Transformer une situation en opportunité

Contenu de la formation

- **Présentation de la PNL**
 - L'origine de la PNL, sa philosophie et ses développements dans la vie quotidienne
- **Être acteur et aller vers la réussite de ses objectifs**
 - Formuler un objectif, et réunir les éléments qui permettent de mieux les concrétiser.
 - Protocoles et outils pour atteindre avec efficacité ses objectifs.
 - Travail sur la précision des critères pour monter en puissance sur un projet.
- **Cohésion d'équipe**
 - Améliorer la cohésion d'équipe à travers de nouvelles habitudes de communication et de comportements.
 - Le management par la considération, valoriser un travail de groupe.
- **Créativité et ressources : Améliorer son niveau d'énergie**
 - Accéder volontairement à un état ressource, gérer le stress, modifier des réactions émotionnelles inadéquates, retrouver de nouvelles ressources favorables pour améliorer sa vie au quotidien.
 - Apprentissage de techniques pour mieux gérer ses états émotionnels, et se préparer au mieux à des événements futurs.
- **La communication et la gestion de conflits**
 - Développer un système relationnel riche, établir ou rétablir une relation plus positive, savoir comment écouter son interlocuteur, lui poser de bonnes questions et l'accompagner de façon plus constructive.
 - Améliorer la communication envers soi-même et les autres et apprendre à co-construire avec son environnement pour obtenir de meilleurs résultats.
- **Se reconnecter à ses objectifs de vie**
 - Se projeter dans vos démarches d'innovation en cohérence avec vos aspirations personnelles.

Moyens techniques et pédagogiques

Classes virtuelles : Lors d'une formation en classe virtuelle nous favorisons l'interactivité, la collaboration et l'intelligence collective. Nous créons une véritable dynamique de groupe pendant les classes virtuelles grâce à l'alternance de travail en individuel, en binôme, en petits groupes et en plénière.

À prévoir le cadre d'une formation en classe virtuelle :

- Un ordinateur (Mac ou PC) équipé de caméra et micro.
- Un navigateur internet récent.
- Une connexion internet stable (wifi, fibre ou filaire).
- Pratique de base d'internet et des différents outils numériques.

Classes en présentiel : Lors d'une formation en présentiel, nous prévoyons une salle de formation équipée d'un moyen de projection (écran, vidéo projecteur), de wifi, de mobilier et espaces d'affichages modulables. Du matériel de prototype est également mis à la disposition des apprenants dans le cadre de certaines formations.

Rythme d'apprentissage : Les séances en classes virtuelles se déroulent soit en demi-journée sur un rythme de 3h30, de 9h00 à 12h30 ou de 14h à 17h30. Soit sur une journée complète de 7 heures, de 9h00 à 17h00 avec une pause déjeuner d'une heure. Afin

EMY DIGITAL

39 avenue du Médoc

33320 EYSINES

Email: contact@emydigital.fr

Tel: 0973728900



d'assurer un niveau d'attention constant malgré les écrans pour les classes virtuelles, nos formations sont actives et rythmées, nous intégrons une pause par séance et maintenons l'énergie du groupe avec des energizers.

Logiciels et outils des formations en classe virtuelle : Nous utilisons, entre autres, des logiciels et outils à la fois simples à prendre en main et efficaces pour la collaboration à distance : Zoom, Mural, Kahoot, WooClap, Google Drive, Padlet, ...

Kit pédagogique et supports : Nous fournissons un kit pédagogique aux participants comprenant : un support PDF, des ressources et outils variés.

Le kit pédagogique comprend également les productions réalisées par les participants tout au long de la formation.

Situation de handicap : EMY DIGITAL est soucieux d'accueillir les personnes en situation de handicap sans discrimination. Nous veillons à garantir l'égalité des droits et des chances des personnes handicapées pour accéder à la formation et pour leur permettre de valider leur parcours.

Merci de nous contacter :

- pour identifier ensemble un risque d'écart entre les aptitudes de la personne et les exigences de la formation
- pour organiser l'accueil en présentiel dans les locaux dédiés à la formation ou à distance.

Méthodes pédagogiques

Les méthodes pédagogiques employées par nos formateurs et formatrices s'appuient sur l'expérience active des participants, la créativité et le co-développement et ce même à distance grâce à des outils digitaux participatifs et interactifs.

Nos formations respectent les différents styles d'apprentissage de l'adulte afin de permettre à l'ensemble des participants de vivre une expérience mémorable et utile à leur pratique professionnelle.

Chaque séquence pédagogique est organisée en quatre grands « temps forts » :

- Une phase de découverte
- L'apport méthodologique ou théorique
- La mise en application
- La synthèse

Suivi administratif et évaluations

Après vous être inscrit, vous recevrez par voie dématérialisée une convocation indiquant les liens d'accès à l'extranet et aux classes virtuelles pour une formation à distance ou l'adresse du lieu pour une formation en présentielle.

Si des participants ont des horaires à ajuster, ils sont alors définis en début de session en accord avec le groupe.

Des feuilles d'émargement dématérialisées seront à signer lors de chaque séance.

Évaluations des compétences : Les participants sont évalués tout au long de la formation sur des quizz interactifs, des mises en situation, des ateliers pour vérifier l'acquisition des compétences.

À la fin de la formation, un questionnaire est proposé aux participants afin qu'ils puissent faire le point sur l'assimilation des acquis en lien avec les objectifs de la formation et dont les indicateurs nous permettent de garantir des formations de qualité.

À l'issue du parcours de formation, les participants recevront un **certificat de réalisation de l'action de formation**.

Entre 2 et 6 mois après la fin de la formation, un questionnaire est adressé aux participants permettant d'évaluer la mise en application dans ses pratiques professionnelles et auquel cas de réévaluer ses besoins de formation.

EMY DIGITAL

39 avenue du Médoc

33320 EYSINES

Email: contact@emydigital.fr

Tel: 0973728900



Equipe pédagogique

Emily Lefebvre : Présidente d'Emy Digital et Responsable pédagogique

Léa Bordier : Chef de projet - Conseillère en formation

Lucille Harbonnier : Assistante gestion des Formations

Le formateur : Jean-Baptiste Lamotte formateur certifié par Paul Pyronnet Institut

Quelques références d'EMY DIGITAL :

Grands comptes : PÔLE EMPLOI, BANQUE POPULAIRE, CAP GEMINI, DELOITTE, COVÉA Assurances, RATP, CAF Gironde

Tourisme : Trajectoires Tourisme, MONA Tourisme, Offices de Tourisme France entière, CDT, ART, Tourisme Lab Nouvelle Aquitaine

Agences digitales : AMILTONE, UX LIMPIDE, DEDI Agency, DATAFIRST, DIGITALE PIPELETTE, ROCKETLABS , COM6 INTERACTIVE

Associations et collectivités : Ministères des Sports et de la Jeunesse, Assurance Maladie, Habitat des Possibles, Ville et Aménagement Durable, Bordeaux Mécènes Solidaires, AFPA, Maison de l'Emploi, CCI Ille et Vilaine, DDTM Gironde, Communautés de communes ...

Structure d'accompagnement à l'emploi : CREDER, Maison Métropolitaine pour l'emploi Lyon, Socrate Conseil...

Start-up et accélérateurs : Influence Food, Innest, le Hack40

Écoles : HETIC, DIGITAL Campus, École Multimédia

Indépendants : Consultants, formateurs, UX Designers, Coachs