

RENFORCER LA COHESION ET LA COMMUNICATION DES EQUIPES

4 jours (28h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Permettre à l'ensemble des chefs d'équipe de prendre conscience de leur style de management, de leur mode de communication

- Savoir définir les différentes stratégies relationnelles en œuvre
- Analyser la cohérence et l'efficacité de ces différents paramètres
- Permettre une optimisation des potentiels individuels et collectifs
- Valider le partage de vision(s), mission(s), valeurs et objectifs communs au sein de l'équipe de maîtrise.

Profil Stagiaire(s) :

Chefs d'équipe - Managers - Chef d'entreprise

Pré-requis :

Accord explicite sur les objectifs attendus à l'issue des journées de formation. Ces objectifs permettront de déterminer les critères d'évaluation de la performance de l'action.

Profil Animateur(s) :

Cette formation est animée par un expert en communication

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- ➔ **Animer, motiver et gérer la performance des équipes :**
 - Bilan personnel
 - Consolider sa posture de manager
 - Gérer les situations délicates dans le cadre de changements organisationnels et stratégiques
- ➔ **Accompagner - challenger ses équipes**
 - Renforcer la cohésion et la performance de ses équipes
 - Conduire une réunion avec efficacité
 - Créer une véritable synergie entre les chefs d'équipe

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : questionnaire à l'issue de la formation

Vous pourriez compléter cette formation avec :

- OPTIMISER LA COMMUNICATION ET L'ESPRIT D'EQUIPE

Mieux Gérer Les Personnalités Difficiles Dans Mon Entreprise

2 jours (14h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Repérer et analyser les comportements qui freinent l'équipe ou mènent aux situations de blocage • Repérer et nommer les personnalités difficiles • Mieux comprendre les phénomènes en jeu dans la communication interpersonnelle et savoir s'adapter • Apprendre à réagir de manière efficace et positive face aux personnalités difficiles, transformer les tensions en opportunités • Mieux saisir les phénomènes de groupe et maîtriser les outils de prévention des conflits • Savoir se préserver et préserver son équipe.

Profil Stagiaire(s) :

Manager - Responsable de service - Chef d'équipe.

Pré-requis :

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis

Profil Animateur(s) :

Cette formation est animée par un expert en communication et en Relations Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **L'impact des attitudes et des comportements dans les relations de travail**
- **Adopter un regard constructif sur les personnalités dites "difficiles"**
- **Gérer sa difficulté personnelle à interagir avec la personnalité dite "difficile"**
- **Sortir durablement de la relation difficile et prendre du recul**
- **Décrypter une situation de crise, la gérer**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : questionnaire d'autoévaluation des compétences

Vous pourriez compléter cette formation avec :

- OPTIMISER SA COMMUNICATION PROFESSIONNELLE

REUSSIR A MIEUX COACHER MES COLLABORATEURS

3 jours (21h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

S'approprier la démarche de coaching • Comprendre le rôle et la posture du manager coach • Utiliser des outils efficaces pour accompagner et coacher des collaborateurs.

Profil Stagiaire(s) :

Cadre de l'entreprise Managers

Pré-requis :

Avoir une expérience significative de manager

Profil Animateur(s) :

Cette formation est animée par un expert en Relations Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **Prendre conscience des spécificités de la posture de manager coach**
- **Le déroulement d'un entretien de coaching**
- **Repérer et optimiser le potentiel de son collaborateur**
- **Maîtriser les outils efficaces de coaching**
- **Le manager-coach créateur d'autonomie**
- **Le manager-coach face aux situations difficiles**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : questionnaire d'autoévaluation des compétences

Vous pourriez compléter cette formation avec :

- **MANAGER AU QUOTIDIEN**

MENER LES ENTRETIENS INDIVIDUELS ET PROFESSIONNELS

1 jour (7h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Savoir formuler les critères d'évaluation de l'entretien individuel • Inscrire l'entretien professionnel comme un outil de motivation • Acquérir une méthodologie pour mener un entretien professionnel efficace • S'entraîner à la conduite de ce type d'entretien • Créer les conditions favorables à la réussite de l'entretien.

Profil Stagiaire(s) :

Chefs d'entreprise, Managers, Chefs d'équipes, RH

Pré-requis :

Avoir des personnes en responsabilités

Profil animateur(s) :

Cette formation est animée par une experte en Ressources Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **Introduction : entretiens individuels et professionnels : quels enjeux ? Quelles spécificités ?**
- **Préparer l'entretien individuel**
- **Préparer l'entretien professionnel**
- **Mettre en œuvre et conduire les entretiens individuels et professionnels : les étapes clés**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : questionnaire à l'issue de la formation

Vous pourriez compléter cette formation avec :


- **MANAGER SES EQUIPES AU QUOTIDIEN**

NCE


24h en modules de 2h ou 3h
Disponible sur toute la France

Objectifs :

Faire le point sur son parcours • Prendre conscience de son profil de personnalité et de son potentiel • Réfléchir à sa dynamique d'évolution personnelle et professionnelle • Mettre en place un projet d'avenir (reconversion, formation).

 Profil Stagiaire(s) : Toute personne désirant faire un point précis sur sa carrière professionnelle

 Pré-requis : Aucun

 Profil animateur(s) : Cette formation est animée par un expert en Ressources Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

Le bilan de compétence repose sur une démarche en 3 étapes :

➤ **Première phase : Préliminaire**

- Définition des objectifs à atteindre
- Explicitation des problématiques à explorer
- Mise en place et validation du cahier des charges
- Définition de la démarche la mieux adaptée pour atteindre les objectifs souhaités
- Mise en route du Livret d'Accompagnement au Bilan de Compétence

➤ **Deuxième phase : Investigation**

- Analyse du parcours professionnel
- Identification des compétences acquises et savoir-faire dans les domaines personnels et professionnels et le cas échéant l'évaluation des connaissances générales : mise en place du "Livret de Compétences"
- Evaluation des aptitudes et du potentiel d'évolution, points forts et des points à travailler
- Analyse des motivations et intérêts et du système de valeurs
- Prise en compte de son image sociale
- Mise en place de votre "cartographie" : les différentes facettes de votre personnalité, mise en œuvre de vos interactions sociales, environnements favorables à l'optimisation de vos compétences et potentiels

➔ **Troisième phase : conclusion**

- Finalisation et formalisation des projets choisis
- Mise en place d'un plan d'action avec un rétro-planning
- Définition et validation des moyens et outils à mettre en œuvre (CV, LM, formation, ...)
- Remise d'une synthèse personnelle et confidentielle

En complément :

Support de formation : Echanges - Tests - Questionnaires métiers - Vidéo

Evaluation et mise en œuvre : Questionnaire d'autoévaluation des compétences

Vous pourriez compléter cette formation avec :

- OPTIMISER SA COMMUNICATION PROFESSIONNELLE

TRANSMISSION DES SAVOIRS ET SAVOIR-FAIRE NIVEAU TUTEUR CONFIRME

1 jour (7h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Optimiser l'intégration et la formation du nouvel arrivant • Permettre aux tuteurs/trices d'acquérir des techniques de transmission des savoirs faire et des savoirs être uniformisés • Perfectionner les outils pédagogiques • Comprendre comment fonctionne la relation à l'Autre • Acquérir des outils de communication.

Profil Stagiaire(s) :

Toute personne qui est amené à former et encadrer un nouvel arrivant.

Pré-requis :

Avoir déjà une expérience significative dans la fonction de Tuteur.

Profil animateur(s) :

Cette formation est animée par une experte en Relations Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **Spécificité de la transmission dans l'entreprise, de la mission tutorale**
- **Pourquoi le tutorat est-il important ?**
- **Les qualités d'un bon tuteur**
- **C'est quoi "bien communiquer" ?**
- **L'accueil et l'intégration du salarié**
- **Transmettre aujourd'hui : c'est quoi apprendre ?**
- **Savoir repérer les outils internes d'aide à la formation**
- **Initiation à la pédagogie : les 3 étapes de l'apprentissage (le SEP - QQQCP)**
- **Introduction à la méthode démonstrative**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : Questionnaire d'autoévaluation des compétences

Vous pourriez compléter cette formation avec :

- **OPTIMISER SA COMMUNICATION PROFESSIONNELLE**

20 rue de l'Ancien Château – 51430 Bezannes – Tél : 03 26 06 13 52 – Port. 06 03 61 46 61
motamauxrh@gmail.com - www.motamaux.fr - Siret : 439 962 184 00032

1 jour (7h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Posséder les fondamentaux de la prise de parole face à un groupe • Apprivoiser le trac • Parler sans notes • Développer son impact devant un groupe • S'adapter à son auditoire.

Profil Stagiaire(s) :

Cadres de l'entreprise - Managers - Chefs d'équipe.

Pré-requis :

Aucun.

Profil Animateur(s) :

Cette formation est animée par un expert en communication

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **Etablir le bilan individuel de son style communicant**
- **Se préparer et savoir gérer son stress**
- **Les clés pour réussir à l'oral**
- **S'entraîner activement**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : questionnaire d'autoévaluation des compétences

Vous pourriez compléter cette formation avec :

- **OPTIMISER SA COMMUNICATION PROFESSIONNELLE**

OPTIMISER SA COMMUNICATION PROFESSIONNELLE

3 jours (21h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

S'approprier des outils de communication efficaces avec les clients et les collaborateurs • S'avoir mener une réunion • S'approprier les outils de gestion du stress • S'approprier les outils de gestion des conflits • Acquérir la base du management.

Profil Stagiaire(s) :

Salariés, Managers, Chefs d'équipe

Pré-requis :

Avoir validé la phase d'accord explicite sur les objectifs d'accompagnement avec le salarié.

Profil animateur(s) :

Cette formation est animée par une experte en communication

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- ➔ **Bien communiquer au quotidien**
- ➔ **Prendre conscience de son image professionnelle**
- ➔ **Gérer les situations délicates**
- ➔ **Développer les outils de gestion du stress et des émotions**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : questionnaire à l'issue de la formation

Vous pourriez compléter cette formation avec :

- ➔ **PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC**

ET L'ESPRIT D'EQUIPE

2 jour (14h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Mettre en place une communication sereine et performante aussi bien en équipe qu'avec les clients • Favoriser le travail collaboratif y compris avec les commerciaux • Permettre un partage de règles et de valeurs communes et les appliquer • Permettre de créer une meilleure cohésion d'équipe en redéfinissant des objectifs opérationnels communs • Créer une synergie positive entre les différents services.

Profil Stagiaire(s) :

Tous les salariés.

Pré-requis :

Aucun.

Profil Animateur(s) :

Cette formation est animée par un expert en communication

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **Quelles sont les caractéristiques d'une équipe performante ?**
- **Comment communiquer efficacement ?**
- **Comment partager une vision commune ?**
- **Comment créer les conditions favorables à un travail serein ?**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : Evaluation à l'issue de la formation

Vous pourriez compléter cette formation avec :

RENFORCER LA COHESION ET LA COMMUNICATION

PRIORITES

100% PRATIQUE

2 jours (14h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Comprendre les mécanismes du stress • Savoir s'affirmer positivement en s'adaptant aux situations • Savoir analyser et anticiper pour se concentrer sur l'essentiel • Comprendre les mécanismes de la gestion du temps pour éviter le stress • Savoir cadrer le périmètre de ses missions • Savoir se fixer des objectifs réalistes en fonction des exigences professionnelles • Mieux se connaître pour optimiser son efficacité en fonction des contraintes relationnelles et/ou techniques.

Profil Stagiaire(s) :

Salariés.

Pré-requis :

Entretien préalable de validation des objectifs avec le salarié.

Profil Animateur(s) :

Cette formation est animée par une experte en Relations Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **Analyse des besoins psychologiques et des comportements**
- **Savoir gérer ses priorités**
- **Savoir s'affirmer sereinement face aux clients ou à ses collaborateurs**
- **Mise en pratique des techniques de communication positive**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : questionnaire d'autoévaluation des compétences

Vous pourriez compléter cette formation avec :

- **GESTION DU TEMPS ET DES PRIORITES**

2 jours (14h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Etre capable de clarifier ses objectifs • Apprendre à hiérarchiser ses priorités • Faire de vrais choix.

Profil Stagiaire(s) :

Managers - Cadres.

Pré-requis :

Aucun.

Profil Animateur(s) :

Cette formation est animée par une experte en Relations Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **Identifier clairement vos objectifs**
- **Gérer votre temps et vos priorités**
- **Les leviers de la décision**
- **Préparer sa prise de décision**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : questionnaire d'autoévaluation des compétences

Vous pourriez compléter cette formation avec :

- **GESTION DU STRESS – 100% PRATIQUE**

2 jours (14h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Encadrer une équipe • Occuper une position de référent • Acquérir les outils de la transmission • Acquérir les outils d'une communication efficace • Savoir accompagner le changement.

Profil Stagiaire(s) :

Chefs d'équipe - Chefs d'atelier.

Pré-requis :

Avoir des personnes en responsabilités

Profil Animateur(s) :

Cette formation est animée par un expert en communication

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- ➔ **Savoir encadrer et challenger une équipe**
- ➔ **Organiser la synergie entre les membres de ses équipes**
- ➔ **Développer les capacités de ses équipes**
- ➔ **Déléguer et entretenir la motivation**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : questionnaire à l'issue de la formation

Vous pourriez compléter cette formation avec :

- ➔ **OPTIMISER SA COMMUNICATION PROFESSIONNELLE**

LES FONDAMENTAUX DU METIER DE COACH

2 jours (14h) • Tarif : 1800,00€ TTC • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Acquérir les outils et les connaissances nécessaires pour exercer la fonction de coach • Intégrer la posture attendue • Avoir une connaissance de soi fiable.

Profil Stagiaire(s) : Toute personne souhaitant s'orienter vers une carrière de coach

Pré-requis : Aucun

Profil Animateur(s) :

Cette formation est animée par une experte en Relations Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **Le bilan personnel et professionnel : Tests de personnalité**
- **Les techniques du coaching ou comment connaître, respecter et accompagner les autres**
- **Psychologie générale**
- **Psychologie de l'entreprise - Psychosociologie**
- **Physiologie du stress**
- **Introduction à la Sophrologie - techniques de relaxation**
- **Techniques de communication orale**
- **Mieux appréhender vos prises de parole en public**
- **La communication formelle et informelle**
- **La relation client-thérapeute**
- **La relation d'aide et l'écoute active**
- **Psycho-généalogie**

 **En complément :**

Support de formation : oui – en présentiel + webinaires

Evaluation et mise en œuvre : Questionnaire d'autoévaluation des compétences


Vous pourriez compléter cette formation avec : OPTIMISER SA COMMUNICATION
PROFESSIONNELLE

FORMATION INITIATION AU METIER DE COACH


1 jour (7h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Acquérir les outils et les connaissances nécessaires pour exercer la fonction de coach • Intégrer la posture attendue • Avoir une connaissance de soi fiable.

 Profil Stagiaire(s) : Toute personne souhaitant s'initier au métier de coach

 Pré-requis : Aucun

 Profil Animateur(s) :
Cette formation est animée par une experte en Relations Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **Les techniques du coaching ou comment connaître, respecter et accompagner les autres**
- **Psychologie générale**
- **Psychologie de l'entreprise - Psychosociologie**
- **La posture du coach**
- **La communication formelle et informelle**
- **La relation client-thérapeute**
- **La relation d'aide et l'écoute active**

En complément :

Support de formation : oui – en présentiel + webinaires

Evaluation et mise en œuvre : Questionnaire d'autoévaluation des compétences


Vous pourriez compléter cette formation avec : OPTIMISER SA COMMUNICATION
PROFESSIONNELLE

DEVELOPPER SA CONNAISSANCE DE SOI ET DES AUTRES POUR MIEUX COMMUNIQUER


2 jours (14h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Donner une image juste de soi • S'affirmer pleinement et sereinement dans ses relations • Favoriser la confiance dans ses échanges • S'adapter efficacement à ses interlocuteurs • Utiliser le plein potentiel des émotions • Renforcer les relations de coopération • Faire ses choix et décider plus aisément • Débloquer les attitudes rigides, sources de mésentente et d'inefficacité au travail.

 Profil Stagiaire(s) : Toute personne souhaitant améliorer sa communication

 Pré-requis : Aucun

 Profil Animateur(s) :
Cette formation est animée par une experte en Relations Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **L'impact des attitudes et des comportements dans les relations de travail**
- **Adopter un regard constructif dans les situations de communication dites "difficiles"**
- **Augmenter sa détermination personnelle**
- **Gérer ses sentiments et émotions pour améliorer sa relation aux autres**
- **Sortir d'une situation par la régulation, la négociation ou l'arbitrage**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : Questionnaire d'autoévaluation des compétences

Moyen d'encadrement : Remise du programme et d'une pochette en début de formation, évaluation à chaud en fin de formation, recueil des impressions.

DEVELOPPER SON INTELLIGENCE STRATEGIQUE

2 jours (14h) • Disponible sur toute la France

Objectifs :

Analyser les situations en stratégies d'action • S'approprier des stratégies relationnelles • Prendre, selon les situations, les rôles d'entraîneur, capitaine, arbitre et partenaire de vos équipes • Mobiliser vos ressources et potentiels nécessaires à la gestion efficace de toute situation.

 Profil Stagiaire(s) : Toute personne à un poste de responsable

 Pré-requis : Aucun

 Profil animateur(s) :

Cette formation est animée par une experte en Relations Humaines

Contactez-nous

Mot à Maux RH

06.03.61.46.61

motamauxrh@gmail.com

www.motamaux.fr

PROGRAMME

- **Les quatre rôles et activités du leader**
- **Intelligence stratégique : développez vos talents de gestionnaire**
- **Intelligence émotionnelle : comprenez chaque situation professionnelle**
- **Intelligence situationnelle : agissez avec justesse**

En complément :

Support de formation : oui

Evaluation et mise en œuvre : Questionnaire d'autoévaluation des compétences

Moyen d'encadrement : Remise du programme et d'une pochette en début de formation, évaluation à chaud en fin de formation, recueil des impressions.