TRANSMISSIONS

★ 4,50/5 SATISFACTION 2025

Ressources & Changement
JMC ÉCOLE

Faire face à l'incertitude

Vous faites face à l'incertitude ? Le Groupe Ressources & Changement vous accompagne à affronter l'inattendu. Transmission en trois temps.

L'ESSENTIEL

DURÉE
3 demi-journées (10,5 heures)

MODALITÉS
Présentiel ou distanciel

PUBLIC
toute personne en situation de manager des personnes ou équipes dans un contexte incertain et un environnement instable

PRÉ-REQUIS
Aucun pré-requis (expression en langue française)

TARIF
Inter : 525 € HT / participant
Intra sur-mesure : nous consulter

DÉLAI D'ACCÈS
Sous 1 semaine après validation de la demande

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Fin du temps 1 : capacité de s'équilibrer et se centrer en choisissant la méthode qui convient, dans un champ d'ordres contradictoires, et de donner une réponse individuelle cohére
- Fin du temps 2 : capacité de définir, pour soi et ses collaborateurs, son juste positionnement et les bons leviers de motivation et de cohésion ; identifier les solutions d'accompa
- Fin du temps 3 : identifier les cadres de référence et les rôles dans un système ; répondre à une demande de son responsable avec le modèle OSBD de la CNV et les portes de communic

PROGRAMME

Temps 1 01

Faire face avec son corps (Prana, Hara, Kata, Haka) : exercices de réaction à court terme (moments délicats, stress), exercices à répéter, programme de transformation personnelle à long terme, exercice collectif. Remis : déroulement de mouvements (kata ITP), programme général, liste de petits exercices, références bibliographiques et ressources internet

Temps 2 02

- États émotionnels, talents et activités : basé sur le Bilan InterQualia® (mis au point avec l'Université de Lausanne et l'Université de Sherbrooke), réalisé en ligne avant la session (20 à 30 min)
- présentation du bilan, remise à chaque participant, échanges en groupe, éventuel bref entretien individuel
- chaque participant reçoit la synthèse et la version détaillée (talents principaux et état émotionnel « en forme de boussole »)

Temps 3

03

- Vous avez dit communication ? : cadres de référence et rôles
- besoins et notion de stress
- portes de communication (Ware)
- communication efficace
- grille remise pour identifier les manières de communiquer

Démarche pédagogique

alternance apports, travaux en groupes, travaux personnels et mises en situation ; trois périodes d'une demi-journée, chacune avec évaluation des compétences acquises ; Bilan InterQualia® proposé en amont ; supports visio/audio ; documents en numérique.

Évaluation & validation

fiche d'évaluation par stagiaire remplie par les intervenants à la fin de chaque période, synthèse en fin de transmission ; questionnaire d'évaluation non nécessairement nominatif.

Intervenant

Consultant associé du groupe Ressources & Changement. Débriefing avec le responsable pédagogique de JMC École après chaque session.

Sanction de la formation

Attestation de fin de formation remise à chaque participant. Évaluation des acquis réalisée par le formateur.

♿ Nos formations sont accessibles aux **personnes en situation de handicap**. Pour définir les modalités d'adaptation nécessaires, contactez en amont le référent handicap **Aurélien Desbats** — contact@ressources-et-changement.com — 05 56 12 78 78.