

## COMMUNICATION

Intra

**Objectif : S'initier à la Process Communication et améliorer ses relations au travail.**

- Présentation de la méthode et des 6 types
- Alternance de théorie, de sketches, d'ateliers en sous-groupes.
- Jeux de rôles
- Travail sur des interviews écrites et sur les profils individuels.
- Le passage sous stress et les drivers
- Travail sur les forces de l'équipe

## INTELLIGENCE RELATIONNELLE

Intra

**Objectif : Améliorer sa communication et ses relations au travail.**

- Développer son intelligence émotionnelle et sociale.
- Trouver la bonne posture
- Comprendre à quoi servent nos émotions
- Mener des entretiens constructifs
- Être efficace dans ses réunions et ses projets

## COOPERATION

Intra

**Objectif : Développer la performance et la coopération de son équipe.**

- Comprendre le besoin de reconnaissance
- Favoriser la collaboration
- Connaître les étapes de progression d'une équipe
- Construire une équipe inspirante

## GESTION DU STRESS ET DES CONFLITS

Intra

**Objectif : Améliorer ses relations au travail, limiter les freins à la coopération et s'affirmer sans violence.**

- Comprendre les besoins et les émotions ?
- Connaître et éviter les jeux psychologiques
- Apprendre la communication non-violente
- Identifier les freins



Formatrice en leadership et communication  
Coach d'équipes

www.victoire-degez-conseil.fr  
victoire.degez@wanadoo.fr  
03 44 54 48 14

Au-delà du savoir-faire, développer un « savoir-être »



## MANAGEMENT

Intra

Objectif : Développer sa performance managériale

- **Découvrir son profil de manager**, cerner ses forces et ses angles morts
- **Mieux communiquer** : gestion des conflits, reconnaissance, régulation, adaptation, négociation complexe.
- **Adapter sa posture au contexte**, développement de sa position méta, Leader & manager.
- **Mieux décider** : fonctionnement en mode projet, subsidiarité, clarification, triangle de décision, facettes du système.
- **Mieux agir** : Priorisation, gestion du temps, motivation, construction de son équipe.

## LEADERSHIP CONSTRUCTIF

Intra

Objectif : Développer un esprit collectif constructif

- Les styles constructifs
- Les styles agressifs/défensifs
- Les styles passifs/défensifs
- Les styles de comportement dans le travail en équipe
- **Exercice pratique** :  
Perdus dans le désert
- **Atelier GSI**

## LEADERSHIP INSPIRANT

Intra

Objectif : Créer une dynamique d'engagement mutuel pour gagner en performance collective

- Développer un leadership inspirant
- Rejoindre et écouter ses collaborateurs
- Connaître les étapes de progression d'une équipe
- Gérer les entretiens individuels
- Être efficace dans ses réunions et ses projets

- Une approche personnalisée
- Une pédagogie créative
- Une variété d'outils
- Des partenaires compétents

## LEADERSHIP COOPERATIF

Intra

Objectifs : Créer les conditions d'une véritable intelligence et performance collective

- Faire des complémentarités une force avec le TLP-Navigator
- Favoriser la coopération
  - Prendre des décisions ajustées
  - Devenir un leader inspirant



Préface de Laurent Bataille



**MEDIA  
TRAINING**

Intra

**Objectif : Préparer, gérer et valoriser une interview**

**Session co-animée avec une journaliste-reporter du secteur économie**

- Elaborer un communiqué de presse
- Préparer et maîtriser l'entretien pour faire passer au mieux ses messages
- Prendre conscience de son impact
- Maîtriser le langage implicite et explicite
- Gérer les retombées presse



**PRISE DE  
PAROLE**

Intra

**Objectif : Améliorer son impact en public**

**Session co-animée avec un ou deux comédiens**

- Articuler les différents langages corporels
- Réussir son accroche
- Structurer son discours
- Comprendre son public
- Travailler son support
- Être authentique



**INTELLIGENCE  
RELATIONNELLE**

Intra

**Objectif : Améliorer sa communication et ses relations au travail.**

- Développer son intelligence émotionnelle et sociale.
- Trouver la bonne posture
- Comprendre à quoi servent nos émotions
- Mener des entretiens constructifs
- Être efficace dans ses réunions et ses projets





**Objectif : Développer la performance collective. Prendre conscience des complémentarités et les valoriser.**

**Faire des complémentarités une force**

- Initiation au TLP-Navigator
- Comprendre l'échelle des comportements
- Savoir donner des signes de reconnaissance
- Considérer le don et contre-don comme source de motivation

**Entrer dans une dynamique positive**



**Objectif : Améliorer le bien-être au travail et réduire les risques psycho-sociaux**

- Avoir un panorama des forces et faiblesses de l'organisation avec le Wellscan
- Mesurer le niveau de flow et de satisfaction mais aussi les facteurs de risques ou de stress d'une organisation pour la faire évoluer vers une meilleure qualité de vie et performance des équipes.



**Objectif : Travailler avec l'OCI® sur la culture d'une organisation.**

Cet outil, développé par Human Synergistics, mesure les normes et attentes comportementales d'une organisation. Il se décline en deux axes de travail :

- **L'OCI® idéal** révèle la culture souhaitée pour une entreprise.
- **L'OCI® actuel** révèle les normes comportementales explicites qui influencent l'engagement et l'efficacité des salariés.

Le croisement des deux OCI® permet d'identifier puis de travailler sur les points de tiraillement et de fragilité ou au contraire les leviers de performance d'une l'organisation.