



Codéveloppement

Qualité de Vie au Travail

Durée : 7 sessions de 1h30, soit un total de 10h30 (1,5 jour)

Profils des participants : consultant, coach, formateur, manager

Prérequis : œuvrer dans le domaine de la qualité de vie au travail

Réf. catalogue : CQVT011120

Nbre de participants : entre 3 (minimum) et 6 (maximum)

Objectifs

- Explorer et améliorer ses pratiques pour les consultants, coaches, formateurs et/ou managers œuvrant autour de la QVT
- Être supervisé dans le domaine de la QVT, à travers un processus d'intelligence collective

Contenu

- Perfectionner sa pratique dans le domaine de la QVT
- Développer ses capacités de communication et de questionnements
- Ajuster sa posture et son comportement (savoir-faire et savoir être) en fonction des situations énoncées

Sous forme de temps d'échanges et d'interactions, les sessions de codéveloppement sont rythmées par des phases spécifiques afin de structurer le déroulement.

Intervenante



Merry Strullu, ancienne chef de projets IT, devenue sophrologue, je suis sociologue des organisations de formation initiale, spécialisée en QVT. J'ai travaillé tant dans le secteur de l'industrie, de la grande distribution, de la santé, des collectivités, du spatial et de l'aéronautique. Mon ambition est de transmettre des outils, des techniques pour amener les personnes à développer leur potentiel.

Contact : merry@osonsunepause.fr – 07.87.00.62.74

Organisation

Moyens, méthodes et techniques de l'intervenant

- Documents supports projetés
- Retour d'expérience, cercle de parole
- Outils, jeux & techniques de sophrologie

En distanciel

- Plateforme de visio-conférence
- Paperboard virtuel



Déroulement des sessions : méthodes et techniques de l'intervenant

Chaque session dure 3 heures et est dédiée à une personne avec une problématique / préoccupation.

Les personnes qui sont autour sont amenées à dérouler un processus spécifique pour prendre du recul sur leur propre posture. Par une série d'étapes, ils sont amenés à structurer leurs questionnements, leurs idées permettant de déboucher sur des pistes de solutions concrètes, et ceux en réutilisant des techniques de gestion de projets.

Chaque session est cadencée par le déroulement suivants :

- Choix du sujet
- Exposé
- Clarification
- Spécification
- Solution
- Plan d'action
- Apprentissage (feed-back et régulation)
- Retour sur plan d'action de la session précédente
- Retour d'expérience et apprentissage



L'intervenant amène les participants à s'enrichir les uns les autres, tout en les invitant à se positionner dans leur prise de parole et leur posture professionnelle. Il s'agit d'un processus apprenant autour de 3 axes de formations : connaissances, compétences et comportements.

Le groupe est incité à apprendre des uns et des autres en partageant ses pratiques et en osant de nouvelles idées, à travers un processus incitant l'écoute, la réflexion, le partage, l'action et l'engagement.

Les sessions se découpent de la façon suivante :

- Session 1 : le codéveloppement appliqué à la QVT
- Session 2 : perfectionner sa posture dans le domaine de la QVT
- Session 3 : perfectionner ses connaissances théoriques autour de la QVT
- Session 4 : découvrir de nouvelles compétences dans le domaine de la QVT
- Session 5 : améliorer sa pratique professionnelle dans le domaine de la QVT
- Session 6 : affiner ses questionnements et sa communication dans un accompagnement QVT
- Session 7 : rétrospective des actions engagées



D'une session à l'autre, les participants peuvent amener leur propre retour d'expérience et présenter aux autres leurs apports en termes d'outils ou techniques complémentaires, notamment dans la phase « retour d'expérience ».

Modalité et moyens

Accessibilité : accompagnement en distanciel avec accessibilité adapté selon les besoins ou nécessités. Accessible pour les personnes à mobilité réduite et aménagement possible en fonction du type de handicap (prévenir avant le début de la session).

Sanction finale : attestation de fin de formation (remise au stagiaire à l'issue de la formation)



Osons une pause

Evaluation : auto-évaluation des acquis

Tarif pour 2020 (TVA non applicable art. 293 B du CGI)

	Particuliers, financement personnel	665 € (soit 95€ sur 7 mensualités)
	Formation financée (OPCO, caisse de formation)	1294 €
	CPF	1517 €