



Le  
goût  
de  
l'autre



## L'efficacité relationnelle à distance

Formation organisée à distance, dans le cadre de la situation de crise, la formation se déroulera en 6 sessions de 2h chacune ou peuvent également être réalisées à la carte.

Sous forme de classe virtuelle interactive et participative sur des plateformes comme Zoom ou Teams, la formation s'envisage comme un parcours sur 3 semaines.

### Objectifs pédagogiques

- Identifier ses peurs, ses freins, ses besoins, sa motivation, ses aspirations dans cette période complexe
- Approfondir la connaissance de son propre fonctionnement dans ses relations interpersonnelles et professionnelles
- Découvrir les méthodes et outils au service d'une meilleure qualité relationnelle y compris à distance

### LE PROGRAMME

#### Module 1 : Welcome on board - 2h

- Etat des lieux : Votre moral, votre temps, niveau de stress et d'énergie
- Le cadre

#### Module 2 : Mais que se passe-t-il dans ma tête? - 2h

- Entre la raison et les sentiments, ce que le Covid 19 nous inflige
- Voyage au coeur de notre cerveau

#### Module 3 : Regardez-moi sous mon meilleur profil- 2h

- Comment mes préférences cérébrales influencent ma vision des événements et mon comportement. HBDI®
- Découverte de son profil Herrmann



## Module 4: Emotions, émotions quand tu nous tiens - 2h

- La gestion de mes émotions dans ma relation à l'autre
- Découverte de son profil Hermann

## Module 5 : Moi + l'Autre, ça fait Nous- 2h

- Quelles sont les caractéristiques et les origines de mon rapport à l'autorité
- La Confiance : Recréer du lien autrement avec les collègues, avec le manager, avec l'extérieur

Synthèse et Conclusion

### Intervenants



#### Catherine Camara - Formatrice et consultante - Le Goût de l'Autre

Catherine intervient en accompagnement et formations sur les thèmes du Management responsable et des Relations Humaines.

Ses formations sont destinées aux dirigeants, managers mais aussi aux collaborateurs dans le cadre de parcours mixtes en présentiel et/ou à distance. Cette alternance de format permet de créer de la flexibilité, de l'interactivité et une réelle adhésion.

L'objectif est de cultiver le lien, l'engagement et la motivation de tous pour relever les défis quotidiens de l'entreprise.



Nicolas DENIS

" J'ai créé ACEROLA à partir d'une envie de **transmettre**, avec le désir d'apporter ma contribution au **développement des entreprises** en alliant **efficacité et bienveillance**.

A l'heure du choix du nom du cabinet, ACEROLA s'est imposé comme une évidence. Le potentiel vitaminé de cette magnifique baie des Antilles représente à merveille mon désir de proposer des **interventions dynamiques et efficaces tant en coaching qu'en formation**.

En lien avec mes expériences de dirigeants et en conformité avec mes convictions sur la richesse du groupe, je me définis comme un homme de collectif. Il m'est rapidement apparu important qu'ACEROLA soit aussi une **aventure humaine** et développe ce sens du collectif auquel je crois tant. C'est ainsi qu'au gré de mes rencontres je propose à des consultants expérimentés et complémentaires, motivés par les mêmes valeurs, de rejoindre l'aventure du **développement des potentiels de l'Homme au service de votre organisation**."