



Communiquer en Confiance
Adopter une posture inspirée du coaching
Faire grandir une équipe

Catalogue de Formation



**Pour renforcer
l'efficacité du collectif**





<u>A PROPOS DE VESTATEAM</u>	3
<u>COMMUNIQUER EN CONFIANCE 1</u>	4
<u>COMMUNIQUER EN CONFIANCE 2</u>	5
<u>ROCK YOUR MANAGEMENT ! FORMATION AU MANAGEMENT</u>	6
<u>FAIRE GRANDIR UNE EQUIPE : FORMATION AU COACHING D'EQUIPE</u>	8
<u>ORGANISER EFFICACEMENT SON TEMPS ET GÉRER SES PRIORITÉS</u>	10
<u>SAVOIR PRENDRE LES BONNES DÉCISIONS</u>	11
<u>TRAVAILLER EFFICACEMENT EN ÉQUIPE</u>	12



A propos de VestaTeam

Le rythme auquel l'organisation doit se transformer s'accélère : digitalisation, nécessité d'innover pour rester compétitif, prise en compte des modifications réglementaires... Ces bouleversements imposent une agilité et une flexibilité qui constitue un véritable challenge pour toute organisation et ses collaborateurs.

Comment accompagner efficacement les équipes tout au long de ces transformations ? Comment concevoir de nouveaux produits, services et processus tout en permettant à chaque collaborateur d'inscrire le plus harmonieusement possible ses objectifs d'évolution personnelle et professionnelle dans la dynamique de transformation de l'organisation ?

Pour mener à bien ces chantiers majeurs, il est indispensable de pouvoir compter sur les meilleurs talents en leur permettant de s'épanouir dans leur rôle parce qu'ils ont conscience de leur capacité à y progresser pour y trouver une source d'épanouissement. Cela passe par l'adoption d'une nouvelle posture basée sur l'écoute et la confiance que chacun dispose en lui de des ressources pour trouver ses propres solutions.

Pour ce faire, VestaTeam propose à travers son offre de formation :

- de donner à chaque collaborateur les moyens de communiquer de façon plus authentique et confiante.
- de faire vivre aux jeunes managers les meilleurs pratiques du coaching et du leadership pour développer une triple posture de manager-coach, de facilitateur et de leader.
- d'expérimenter et de développer un savoir-faire et un avoir être pour faire progresser une équipe ou un collectif en s'appuyant sur les meilleurs pratiques du coaching et de la facilitation.



VestaTeam accompagne les entreprises de toute taille pour renforcer l'efficacité de leurs équipes en améliorant la communication, la qualité du management et la capacité à faire progresser le collectif. Ainsi, l'organisation est en mesure de pouvoir compter sur des équipes et des équipiers plus autonomes, responsables et engagés pour mieux répondre aux exigences de l'entreprise.

Communiquer en confiance 1

Objectifs	
<ul style="list-style-type: none"> • Adopter une posture qui facilite une communication fluide et ancrée • Développer ses compétences relationnelles pour gagner en efficacité et prendre plaisir à travailler ensemble • Apprendre à aller chercher les faits, partager des constats et trouver des solutions gagnant-gagnant • Savoir formuler des demandes claires en respectant « l'écologie » de vos interlocuteurs 	
Activités	
<ul style="list-style-type: none"> • Atelier d'intelligence collective : qu'est-ce qui fait qu'une personne communique bien ? • Créer les conditions d'une véritable écoute (mise en situation) : posture / respiration / regard, l'écoute sur un plan verbal et non verbal • Pratiquer la communication non violente à travers des jeux de rôles : observations, sentiments, besoins, demande, pratiquer l'assertivité • Rechercher le gagnant-gagnant à travers des jeux de rôles • Savoir donner du feedback et favoriser la motivation (à partir du vécu des participants) 	
Bénéfices	
Bénéfices pour le participant	<ul style="list-style-type: none"> • Capacité à partager sa vision propre et à appréhender celle des autres • Faculté à communiquer efficacement et respectueusement • Capacité de mise en œuvre de solutions prenant en compte les intérêts et les contraintes de chacun
Bénéfices pour l'organisation	<ul style="list-style-type: none"> • Meilleure fluidité de la communication au sein de l'organisation • Capacité de trouver ensemble des solutions constructives • L'authenticité des échanges contribue à créer un climat de confiance
Aspects pratiques	
Modalités	<ul style="list-style-type: none"> • Durée : 1 jour • Entre 6 et 12 stagiaires par session

Communiquer en confiance 2

Objectifs	
<ul style="list-style-type: none"> • Approfondir les acquis de la formation « Communiquer en Confiance 1 » • Renforcer sa pratique de la communication non violente • Savoir observer ce qui se joue en soi pour choisir de communiquer en conscience 	
Activités	
<ul style="list-style-type: none"> • Rappel des acquis de la formation « Communiquer en Confiance 1 » • Approfondissement de la communication non violente (pratique) : <ul style="list-style-type: none"> • éviter les biais de l'écoute (conseil, reproche, jugement...) • savoir faire la différence entre les stratégies et les besoins • identifier les évaluations masquées et savoir exprimer et faire exprimer les émotions • éviter les jugements et savoir rester factuel • Atelier autour des 4 accords Tolteques : ce que je mets dans chaque accord • Observation selon les 3 centres (physique, émotionnel et mental) pour communiquer en conscience (apports et pratique) 	
Bénéfices	
Bénéfices pour le participant	<ul style="list-style-type: none"> • Capacité accrue à communiquer de façon respectueuse et constructive tout en faisant valoir ses propres besoins • Faculté d'observer ce qui se joue en soi pour choisir en conscience ce que l'on dit ou écrit
Bénéfices pour l'organisation	<ul style="list-style-type: none"> • Amélioration de la communication au sein de l'organisation • Capacité de trouver ensemble des solutions constructives • Sortir du reproche, du jugement et de l'évaluation
Aspects pratiques	
Modalités	<ul style="list-style-type: none"> • Durée : 1 jour • Entre 5 et 8 stagiaires par session • Pré-requis : avoir suivi « Communiquer en confiance 1 »

Rock Your Management ! Formation au management

Site web : www.rock-your-management.com

Objectifs de la formation

- Permettre aux managers de gagner en autonomie, acquérir savoir-être et outils pour relever leurs défis professionnels
- Développer ses talents d'écoute, d'empathie et d'accompagnement pour passer d'une posture de sachant, d'apporteur de solutions, à un rôle d'animateur, de mise en relation et de vecteur de sens
- Faire grandir les managers selon 3 dimensions :
 - Dimension **Manager Coach** qui écoute, questionne et aide à trouver des solutions personnelles et collectives pour se développer
 - Dimension **Facilitateur** qui favorise la cohésion, le partage et met en place un environnement pour mieux travailler ensemble
 - Dimension **Team leader** qui porte, transmet, fait vivre une vision partagée et donne à ses collaborateurs les moyens de s'y inscrire harmonieusement

Activités

- Inclusion : faire connaissance et recueillir des objectifs de chacun pour la formation
- Intelligence collective : qu'est-ce qu'un manager ? Quelles sont ses activités ? A quoi sert-il ?
- Posture, Regard et Respiration par le jeu
- **Dimension Manager Coach**
 - L'art de l'écoute
 - Qu'est-ce qu'un coach ? Quelle sont ses compétences ?
 - Auto-évaluation de chacun sur les compétences du coach
 - Présentation et pratique de la Communication-Non-Violente, de l'art du feedback et du feedforward
 - Activités sur les valeurs et le gagnant/gagnant
 - Dans quelles situations un manager prend-il la posture de coach ?
 - L'art du questionnement : questions ouvertes, exploration d'une situation, définition d'un objectif, recherche de solutions
 - Jeux de rôles collaborateur / manager coach
 - Mise en scène des compétences du manager coach
- **Dimension facilitateur**
 - Présentation et pratique d'ateliers de cohésion d'équipe : Speedmeeting, vis ma vie, feedback...
 - Présentation et pratique de jeux pédagogiques d'équipe (communication, coordination, leadership)

- Présentation et pratique d'ateliers de co-développement
- Comment partager des bonnes pratiques ?
- Comment explorer des solutions innovantes ?
- Comment animer efficacement une réunion ?
- Comment résoudre un conflit dans une équipe ?
- Comment être un bon facilitateur vertical entre la direction et les équipes ?
- **Dimension Leader**
 - Qu'est-ce qu'un leader ? Qu'est-ce qui relève de cette posture ?
 - Comment déléguer efficacement ?
 - Quelles sont les conditions de la motivation ?
 - Déclinaison et pratique des concepts de Vocation / Ambition / Sens et Vision
 - Planification et gestion du temps
 - Réflexion collective sur les conditions de succès du leader

Bénéfices

Bénéfices pour les managers formés

- Prendre confiance dans sa capacité à manager des équipes
- Savoir développer les compétences et le collectif
- Animer efficacement réunions et ateliers

Bénéfices pour l'organisation

- Pouvoir compter sur des managers ayant développé leurs capacités d'écoute, d'accompagnement, de facilitation et de leadership

Aspects pratiques

Modalités

- Durée 7 jours, adaptable selon les thématiques abordées
- Entre 12 et 20 participants par session
- Nous proposons également un suivi personnalisé de chaque participant pour renforcer les acquis
- Cette formation est animée en duo par deux coach-formateurs en collaboration avec le cabinet C Comme Cohérence



EN PARTENARIAT AVEC



Faire grandir une équipe : Formation au coaching d'équipe

Objectifs

- Acquérir les bases du coaching : posture, écoute, reformulation et questionnement...
- Disposer des outils permettant de renforcer le niveau de cohésion d'une équipe
- Se doter des moyens efficaces pour accompagner la co-construction au sein d'un groupe ou d'une équipe

Activités

- **Les fondamentaux du coaching**
 - Intelligence collective : Définition du coaching et du coaching d'équipe
 - Débat et partage : Généralités, principes et compétences du coach
 - Expérimentation ; Ecoute et posture du coach (posture, regard, respiration),
 - Apports et pratique en jeux de rôle : La communication non verbale, le feedback
 - Les 3 centres vitaux et l'observation
 - Pratique du coaching individuel : l'art du questionnement
- **La cohésion d'équipe**
 - Pratique des jeux pédagogiques à des fins de cohésion d'équipe
 - Effectuer une médiation
 - Faire du Feedback et Feedforward
 - Pratiquer et exploiter le « Vis ma vie »
 - Réaliser des rapports d'étonnement positifs
 - Pratiquer le speed Meeting
 - Utiliser le jeu à des fins de coordination, répartition des rôles, recherche de solutions
- **La co-construction**
 - Animer un débat
 - Modéliser et enrichir les bonnes pratiques
 - Trouver des solutions innovantes
 - Optimiser les interfaces de travail
 - Exprimer une vision
 - Effectuer un bilan de fonctionnement

Bénéfices	
Bénéfices pour le stagiaire	<ul style="list-style-type: none"> • Acquérir les bases du coaching et savoir adopter la posture basse • Etre en capacité de faire grandir une équipe ou un collectif • Accompagner individus et équipes dans leurs projets de développement
Bénéfices pour l'organisation	<ul style="list-style-type: none"> • Mobilisation efficace des potentiels de l'organisation • Progression dans la maturité et l'efficacité des équipes • Construction de solutions innovantes et pérennes pour relever les challenges de l'organisation
Aspects pratiques	
Modalités	<ul style="list-style-type: none"> • Durée 7 jours, adaptable selon les besoins • Entre 6 et 12 participants • Nous proposons également un suivi personnalisé de chaque participant pour renforcer les acquis

Organiser efficacement son temps et gérer ses priorités

Objectifs	
<ul style="list-style-type: none"> • Savoir prendre du recul par rapport à ses tâches et activités pour bien les prioriser • Apprendre à se faire respecter pour ne pas se trouver débordé, savoir dire non de façon respectueuse et constructive • Comprendre les ressorts de la motivation et déléguer efficacement 	
Activités	
<ul style="list-style-type: none"> • Atelier : de quoi est constitué mon temps. Réflexion individuelle / partage / apports pédagogiques • Notion d'urgent / important : Matrice d'Eisenhower. Apports, Partages et expérimentation • Appétences, compétences et désirs de progression : Réflexion individuelle / partage / apports pédagogiques • Application de la matrice d'Eisenhower. Ce que m'apporte chaque élément de mon planning type • Identification et partage sur « l'important pas urgent ». Réflexion individuelle / Partage / enseignements collectifs • Atelier d'intelligence collective : les fondamentaux du travail en équipe et de l'affectation des tâches • Motivation / délégation : apports / jeux de rôle ancrés sur le vécu des participants • Pratique de l'assertivité : illustration sur des cas réels provenant du vécu des participants 	
Bénéfices	
Bénéfices pour le stagiaire	<ul style="list-style-type: none"> • Mieux maîtriser son temps de travail • Ménager son équilibre pro / perso • Savoir se faire respecter
Bénéfices pour l'organisation	<ul style="list-style-type: none"> • Focalisation sur les priorités et ce qui est important • Meilleure efficacité • Meilleure disponibilité
Aspects pratiques	
Modalités	<ul style="list-style-type: none"> • Durée : 1 jour • Entre 5 et 12 stagiaires

Savoir prendre les bonnes décisions

Objectifs	
<ul style="list-style-type: none"> • Objectiver sa prise de décision tout en faisant confiance à son intuition • Comprendre comment je décide et pourquoi et appréhender les ressorts de la prise de décision • Identifier ses propres mécanismes décisionnels et décider en conscience 	
Activités	
<ul style="list-style-type: none"> • Atelier d'intelligence collective : de quoi ai-je besoin pour prendre une décision ? • Qu'est-ce qu'une décision ? • Les différentes approches décisionnelles • Exercice guidé : Se mettre à l'écoute de son ressenti corporel pour faire un choix • Atelier d'intelligence collective (débat) : comment faciliter la prise de décision en groupe ? • Accompagner un tiers dans sa prise de décision 	
Bénéfices	
Bénéfices pour le stagiaire	<ul style="list-style-type: none"> • Se sentir armé pour prendre des décisions plus rapidement • Avoir confiance dans sa capacité à trancher • Savoir accompagner et se faire accompagner dans sa prise de décision
Bénéfices pour l'organisation	<ul style="list-style-type: none"> • Plus d'agilité et de dynamisme au sein de l'organisation • Des choix plus avisés et porteurs de changements positifs
Aspects pratiques	
Modalités	<ul style="list-style-type: none"> • Durée : 1 jour • Entre 5 et 12 stagiaires

Travailler efficacement en équipe

Objectifs	
<ul style="list-style-type: none"> • Organiser et animer des réunions efficaces • Animer un atelier de recherche de solutions en équipe 	
Activités	
<ul style="list-style-type: none"> • Intégrer les fondamentaux d'une réunion réussie (planification, objectif, ordre du jour, logistique et compte rendu) • Comprendre les rôles délégués en réunions (facilitateur, catalyseur, cadenceur et agitateur) permettant de renforcer la pertinence et l'efficacité des réunions • Pratiquer l'animation de réunions en utilisant les rôles délégués • Pratiquer un atelier de recherche de solutions en équipe 	
Bénéfices	
Bénéfices pour le stagiaire	<ul style="list-style-type: none"> • Savoir animer sereinement des réunions efficaces • Savoir conduire des ateliers collectifs
Bénéfices pour l'organisation	<ul style="list-style-type: none"> • Moins de perte de temps en réunion stériles • Meilleure efficacité du travail collaboratif
Aspects pratiques	
Modalités	<ul style="list-style-type: none"> • Durée : 1/2 journée • Entre 5 et 12 stagiaires

Extrait de nos Références

Nous intervenons auprès d'entreprises et d'organismes d'enseignement supérieur de profils très variés pour leur permettre de gagner en autonomie pour être plus efficace et prendre plaisir à travailler ensemble.



Loïc DELCROS

Coach, formateur et gérant de VestaTeam



Formateur et Coach Professionnel certifié en coaching individuel et coaching d'équipe, **Loïc a fondé et dirige le cabinet VestaTeam** pour accompagner ses partenaires et ses clients à combiner la recherche de l'autonomie, l'efficacité et le plaisir de travailler ensemble.

- En tant que formateur, **Loïc partage et fait vivre les meilleures pratiques de communication et de management à des managers débutants ou confirmés** afin qu'ils soient en mesure de développer la maturité des équipes dont ils ont la charge pour les faire progresser en autonomie. Il s'appuie, pour se faire, sur son expérience de manager et transmet une approche du management largement inspirée du coaching.
- **Coach d'équipe, Loïc se base sur le partage des expériences et les mises en actions concrètes**, Il mobilise les équipes à travers des ateliers de co-développement faisant appel à l'intelligence collective pour définir et décliner concrètement les modes de fonctionnements, renforcer cohésion et solidarité au sein du groupe, partager une vision et construire des projets communs.
- Coach individuel, il permet aux membres des équipes dirigeantes et opérationnelles **d'inscrire leurs objectifs de progression individuelle dans la dynamique d'évolution de leur organisation**.

Précédemment **directeur d'une practice de conseil en management des Systèmes d'Information** (40 consultants dont 8 managers) spécialisée dans la transformation des organisations IT et le DevOps, Loïc a plus de 20 années d'expérience dont 10 ans en conseil en management.

Fort de ses nombreuses missions effectuées dans le domaine, Loïc est également un **expert de la transformation des organisations** : accompagnement de la définition et de la conduite des plans de transformation, implication des équipes pour s'approprier ce qui relève de leur périmètre, mise en œuvre d'équipes autonomes et pluridisciplinaires intégrant les différentes parties prenantes du changement dans une logique de co-construction.

Contact : Loïc DELCROS

 loic.delcros@vestateam.fr

 fr.linkedin.com/in/271271

Mob 06 85 44 10 56

Fixe 01 30 52 54 08

www.vestateam.fr

