

# Parcours de formation au management bienveillant

## 2 FORMATIONS OBLIGATOIRES

### 1. Les fondamentaux de la communication Bienveillante

**Objectif général**

Etre capable d'identifier chez soi et chez les autres les éléments fondamentaux de la communication interpersonnelle, de les adapter à la situation et au message, de transmettre ses messages de façon entendante et compréhensible pour l'autre.

**Compétences acquises par séquence vidéo :**

- Module 1 : Reconnaître les éléments verbaux, non verbaux et péri verbaux chez soi et chez l'autre
- Module 2 : Savoir décoder le non verbal et le péri verbal chez soi et chez son interlocuteur au moyen de l'Etoile de Décodage
- Module 3 : Comprendre l'environnement de la communication verbale grâce au Schéma de la communication
- Module 4 : Comprendre les filtres existants chez l'émetteur et le récepteur dans une communication verbale et les lever grâce aux 7 clés de l'Emetteur.
- Module 5 : Améliorer l'interactivité et l'efficacité de sa communication grâce au JOQER

**Mode d'évaluation de la formation :**

Vidéo, d'eux-même en train de faire une présentation + Etoile de décodage remplie par eux-même et par quelqu'un d'autre / retour et correction de la part de BY5. Evaluer les modules 1 et 2. Quiz après chaque module

### 2. L'intelligence émotionnelle

**Objectif général**

Etre capable de reconnaître, apprivoiser et utiliser constructivement ses propres émotions et celles des autres.

**Compétences acquises par séquence vidéo :**

- Module 1 : Comprendre le mécanisme de construction et l'utilité des émotions chez l'humain
- Module 2 : Savoir reconnaître, apprivoiser, utiliser constructivement la colère chez soi et chez l'autre
- Module 3 : Savoir reconnaître, apprivoiser, utiliser constructivement la peur chez soi et chez l'autre
- Module 4 : Savoir reconnaître, apprivoiser, utiliser constructivement la tristesse chez soi et chez l'autre
- Module 5 : Savoir reconnaître, apprivoiser, utiliser constructivement la joie chez soi et chez l'autre - Comprendre le mécanisme de l'empathie

**Mode d'évaluation de la formation :**

Les pages 1, 2, 8 et 9 du Cahier d'exercices doivent être renvoyées par les personnes formées aux formateurs qui feront un retour individuel. Ceci permettra d'évaluer la compréhension du module 1 et la manière dont sont identifiées et vécues les 4 émotions par les personnes formées (modules 2 à 5). Quiz après chaque module.

# Parcours de formation au management bienveillant

## 5 FORMATIONS OPTIONNELLES

