

## Identifier les biais cognitifs pour mieux communiquer

### Atelier inter ou intra entreprise

**Durée:** 7 heures (1 jour)

#### Profils des participants :

- Salariés
- Managers
- Référents santé et sécurité au travail

#### Lieu si inter entreprise

- Espace de co-working à Lyon centre (proche gare part dieu)
- Espace La caserne à Sourcieux les Mines

### Objectifs pédagogiques

- Sensibiliser aux principaux biais cognitifs et à leur impact sur la communication professionnelle
- Identifier les biais dans les interactions quotidiennes
- Acquérir des stratégies pratiques pour limiter les biais cognitifs et améliorer la communication professionnelle

### Contenu de la formation

- **Quizz rapide pour découvrir les biais cognitifs**
- **Présentation des principaux biais cognitifs**
  - Jeu de cartes : comprendre les biais cognitifs
- **Leurs effets sur la prise de décision et la communication professionnelle**
- **Identification des biais et propositions d'actions pour les limiter**
  - Jeu de rôles avec des scénariis typiques de communication professionnelle
- **Thématiques de communication**
  - Exercices en sous-groupe à partir de sujets apportés par les participants
  - Ex : réunions d'équipe – relation client – entretien professionnel ...
- **autres facteurs qui influencent la communication interpersonnelle**
- **Bilan de l'atelier**

### Organisation de la formation

#### Équipe pédagogique

L'organisme **Corinne Dugua Formation** accorde une attention particulière au scénario pédagogique des formations qu'elle dispense. Des principes essentiels guident la construction de notre approche pédagogique : collaboration, expérimentation, exigence, professionnalisme et proximité, qui permettent de faire éclore la personnalité des participants et leur singularité.

Ce programme alterne des éléments théoriques et des activités ludiques et pratiques pour offrir une expérience d'apprentissage interactive et engageante aux participants.

**Moyens pédagogiques et techniques**

- Inter entreprise : accueil des participants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés
- Animation par des jeux professionnels

**Dispositif de suivi de l'exécution de d'évaluation des résultats de la formation**

- Feuille de présence.
- Formulaire d'évaluation de la formation.

En cas de situation de handicap, nous contacter en amont afin de répondre au mieux à votre demande.

# PREVENTION DE L'USURE PROFESSIONNELLE

Véritable formation action, nous avons conçu le contenu de cette formation pour qu'il soit parfaitement connecté au réel et au vécu du travail des participants en se basant sur vos besoins en compétences et d'outils rapides et faciles à mettre en pratique.

**Durée** : 14 heures (2 jours)

## Profils des participants :

- Managers
- Services RH
- Préventeurs, conseillers de prévention

Aucun pré requis

Lieu :

- Espace de co-working ( proche Lyon gare Part Dieu)
- Espace de co-working La caserne (Sourcieux les Mines)

## Objectifs pédagogiques

- Identifier les déterminants de l'usure professionnelle
- Définir les causes et les conséquences de l'usure professionnelle
- Se constituer une boîte à outils
- Formaliser une démarche projet

## Contenu de la formation

- **Mettre des mots sur les maux : RPS et TMS des risques multifactoriels**
  - RPS et TMS de quoi parle t on ?
  - Contexte réglementaire
- **Des outils pour détecter l'usure professionnelle**
  - Repérer le ressenti émotionnel de son équipe
  - Gérer les situations à risque
- **Coconstruire une dynamique de travail**
  - Etablir une démarche participative sur ce sujet
  - Evaluer les actions mises en place

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

L'organisme **Corinne Dugua Formation** accorde une attention particulière au scénario pédagogique des formations qu'elle dispense. Des principes essentiels guident la construction de notre approche pédagogique : collaboration, expérimentation, exigence, professionnalisme et proximité, qui permettent de faire éclore la personnalité des participants et leur singularité.

Les différentes formations dispensées s'appuient sur des niveaux de compétences et des étapes dans la formation que chaque participant devra franchir grâce à une communauté d'apprentissages qui favorise le travail en équipe et l'esprit d'initiative.

#### **Moyens pédagogiques et techniques**

- Accueil des participants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Alternance d'apports théoriques et les applications concrètes pour favoriser l'interaction et les échanges
- Utilisation de vidéos pour faire réagir les participants.

#### **Dispositif de suivi de l'exécution de d'évaluation des résultats de la formation**

- Feuilles de présence.
- Questions orales et écrites (QCM).
- Mises en situation.

## MIEUX SE CONNAITRE POUR MIEUX COMMUNIQUER

Que nous disent nos émotions ? qu'est ce qui nous anime ? Pourquoi je n'arrive pas à communiquer avec mon collègue ? ma hiérarchie ? comment communiquer autrement ?

Nous vous proposons différents ateliers sur des formats courts : 0,5 jour à 1 journée. A vous de choisir la ou les sujets qui vous intéressent :

- Atelier 1 : Les couleurs de notre communication professionnelle
  - Atelier 2 : Les drivers : ce qui nous anime
  - Atelier 3 : Optimisons nos réunions et nos mails
  - Atelier 4 : Oser exprimer ses besoins, une demande, tempérer des tensions : des outils à connaître
- 
- aucun pré-requis

Formation présentielle ou distancielle

En savoir plus : [contact@duguaformation.fr](mailto:contact@duguaformation.fr)

Tel : 06 73 09 66 85