Carae Coaching

ACCOMPAGNER LES TRANSFORMATIONS
EN ÉMERGENCE

CATALOGUE DE FORMATION

2023

SOMMAIRE

3 INTERVENANTE

4 ORGANISME DE FORMATION

6 NOS POINTS D'APPUI

7 PRISE DE DÉCISION STRATÉGIQUE EN CODIR

8 DÉCIDER DANS LA COMPLEXITÉ

9 DÉPLOYER SON LEADERSHIP D'INFLUENCE

10 MIEUX COMMUNIQUER POUR MIEUX COOPÉRER

11 RENFORCER SON LEADERSHIP AGILE

12 ÉMOTIONS ET RÉSILIENCE : L'ART DE REBONDIR

13 CULTIVER SA POSTURE DE LEADERSHIP

INTERVENANTE

Sylvie-Nuria Noguer

Coaching | Formation | Facilitation
Supervision | Codéveloppement

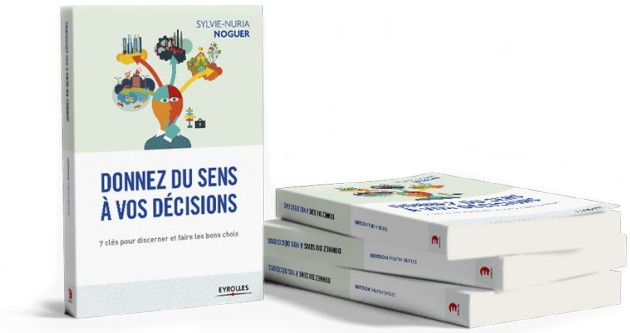
sylvienuria@carae-coaching.com
Tel : +33 (0)7 83 73 19 37
www.carae-coaching.com

Ingénieure Arts et Métiers avec une spécialisation en psychosociologie, Sylvie-Nuria est passionnée par l'humain. Depuis plus de dix ans, elle accompagne les leaders et leurs équipes dans leur transformation au service de leur raison d'être.

Après vingt ans d'expérience en gestion de projets et en conseil en développement durable auprès d'entreprises internationales de différents secteurs, elle a vécu plusieurs années au Canada où elle a développé une expertise dans l'accompagnement des personnes et des équipes et où elle a enseigné aux programmes MBA de McGill et de HEC Montréal en responsabilité sociale des entreprises et en stratégie de développement durable.

Sa pratique est inspirée de l'analyse systémique, de la Communication Non Violente et de la médiation, des recherches sur les neurosciences, des fondements philosophiques et spirituels du discernement, ainsi que de différentes approches intégrant l'intelligence collective dans la gouvernance des organisations et la gestion d'équipe, comme le co-développement professionnel, l'agilité managériale, la gouvernance adaptative, l'Appreciative Inquiry, le World café et le Forum ouvert.

Son livre publié aux éditions Eyrolles (2018), Donnez du sens à vos décisions : 7 clés pour discerner et faire les bons choix, présente un processus intégral pour décider avec courage et sérénité dans la complexité, en conjuguant raison, émotion, intuition et sensation.



FORMATION

- Ingénieure Arts et Métiers (ENSAM) – spécialisation en psychosociologie
- DESS en administration des entreprises (IAE)
- DESS en ingénierie et gestion de l'environnement (Mines ParisTech)
- DU de médiateur (IFOMENE)
- Certificat en coaching professionnel (Concordia University)
- Diplôme de superviseur (CSA - en cours)

ORGANISME DE FORMATION

Qualiopi
processus certifié

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie

ACTIONS DE FORMATIONS

Carae Coaching est un organisme de formation professionnelle intervenant en partout en France et au Québec, domicilié 33 rue d'Avril à Cluny (71250) et déclaré sous le numéro de déclaration d'activité 27710301771 auprès du préfet de la Région Bourgogne Franche-Comté.

Carae Coaching propose des services de facilitation de séminaires, d'accompagnement d'équipes et de dirigeants en coaching et en codéveloppement, ainsi que des programmes de formation en inter et intra-entreprise sur les thèmes associés au leadership tels que :

- Décision stratégique en Codir
- Mieux décider dans la complexité et l'incertitude
- Déployer son leadership d'influence
- Accompagner les transformations
- Mieux communiquer pour mieux coopérer
- Renforcer son leadership agile
- Émotions et résilience : l'art de rebondir
- Cultiver sa posture de leadership avec le codéveloppement

Ce document présente les modalités et les principaux programmes de formation proposés par Carae Coaching. Merci de consulter notre site pour plus d'information sur nos services : https://carae-coaching.com ou de nous contacter pour une analyse spécifique de vos besoins

1850	1430	97,2%	2200+
DIRIGEANTS & MANAGERS formés depuis 2016	HEURES de formation en 2022	Taux de SATISFACTION en 2022	Heures de COACHING depuis 2011

ORGANISME DE FORMATION

Qualiopi
processus certifié

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie

ACTIONS DE FORMATIONS

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

L'approche pédagogique s'appuie sur une combinaison d'apports théoriques, de travail de réflexion individuelle et en sous-groupe, et d'exercices expérientiels à partir de situations.

Chaque participant reçoit un manuel contenant les supports et des questions pour faciliter l'intégration des apprentissages, ainsi que des ressources bibliographiques et des liens vidéo pour aller plus loin.

Toutes les formations peuvent être délivrées en Français et en Anglais, en présentiel, à distance (synchrone) ou en mixte (Blended Learning) et peuvent être complétées par des parcours de coaching ou de codéveloppement pour une meilleure intégration des acquis.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

À l'issue des sessions de formation, les participants évaluent la formation au regard de leurs besoins. Ils réalisent une auto-évaluation de leurs acquis au regard des objectifs et de leur capacité à intégrer des concepts proposés à leur contexte.

Un certificat de réalisation est remis à chaque stagiaire en fin de formation.

Pour toute question sur les prochaines dates de session en inter-entreprise, merci de consulter notre site : https://carae-coaching.com/missions/formation-codeveloppement/.

FORMATION INTRA-ENTREPRISE

Merci de nous consulter pour une analyse spécifique de vos besoins et pour la conception de programmes sur mesure sur les thèmes suivants : prise de décision, leadership d'influence, leadership agile, communication interpersonnelle, émotion et résilience, gouvernance horizontale, ...

ACCESSIBILITÉ

Pour toute personne en situation de handicap, merci de contacter Sylvie-Nuria Noguer - snnoguer@gmail.com – afin d'étudier spécifiquement des possibilités de vous accueillir.

NOS POINTS D'APPUI

Notre approche d'accompagnement s'inspire des points d'appui suivants.

Les facteurs clés de succès d'une équipe performante

Les cinq conditions clés de succès d'une équipe performante, identifiés à l'issue d'un projet de recherche mené par Google auprès de 180 équipes internes (projet Aristote) :

- La sécurité psychologique : les membres de l'équipe peuvent-ils prendre des risques sans se sentir en danger ou être embarrassés ?
- La confiance : les membres d'une équipe peuvent-ils compter les uns sur les autres pour réaliser un travail de qualité dans les délais ?
- La structure et la clarté : les objectifs, rôles et plans opérationnels de l'équipe sont-ils clairs ?
- Le sens : les membres d'une équipe oeuvrent-ils au service d'une mission importante personnellement pour chacun d'entre eux ?
- L'impact du travail : les membres de l'équipes sont-ils convaincus de la valeur et du bien-fondé de leur travail ?

La démarche appréciative pour susciter la confiance

Les questions posées tout au long de l'accompagnement se font dans l'esprit de la démarche appréciative développée par Dr. David L. Cooperrider, qui met l'accent sur les aspects positifs d'une situation – « ce qui marche » - pour les renforcer et soutenir les évolutions vers la situation désirée en s'appuyant sur les prémisses suivantes :

- Dans chaque système, quelque chose fonctionne bien ;
- Ce sur quoi nous portons note attention devient notre réalité ;
- S'engager dans le futur en s'appuyant sur des expériences positives du passé augmente notre confiance et notre estime de soi ;
- Il est important de valoriser les différences ;
- Le langage que nous utilisons crée notre réalité.

La gouvernance adaptative au service de l'engagement

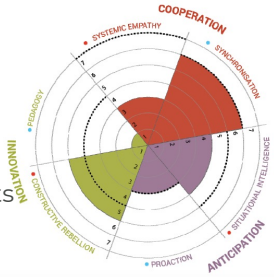
Développée par Mickaël Drouard de Fabric, la gouvernance adaptative s'appuie sur les principes de la Sociocratie et de l'Holacratie et établit six invariants permettant d'ancrer des modes de fonctionnement efficaces d'une équipe au service de sa raison d'être :

- Un sens partagé avec une organisation alignée sur sa raison d'être ;
- Des rôles clairs, mis à jour collectivement qui éliminent toute ambiguïté sur les responsabilités de chacun ;
- Des acteurs responsabilisés, ayant toute autonomie dans leur rôle pour décider et agir sur leur périmètre ;
- Des problèmes résolus par le traitement des « tensions » conduisant systématiquement à des décisions ;
- Des réunions efficaces, conduites avec un processus adapté à l'objectif, qui favorise la pleine participation de chacun ;
- Une approche résolument pragmatique, basée sur une logique "Test and learn" pour favoriser l'agilité opérationnelle.

L'agilité comme levier de la performance globale

Dans un contexte 'VICA' (Volatile, Incertain, Complexe et Ambigu), l'agilité se définit comme la capacité, à anticiper et bouger avec justesse et de manière coordonnée pour aller dans un même sens (Barrand, 2006). Un questionnaire développé par Agil'OA permet d'évaluer l'agilité comportementale individuelle et collective selon les leviers des leviers d'agilité rationnels et émotionnels sur trois dimensions :

- Anticiper : agir en connaissance des risques et des conséquences de ses décisions et actions sur son écosystème;
- Coopérer : agir au service d'un sens commun en vue d'une satisfaction mutuelle des parties prenantes;
- Innover : agir en mettant en place les changements appropriés et opportuns pour une création de valeur durable.



PRISE DE DÉCISION STRATÉGIQUE EN CODIR

Au cours de ce parcours de formation, les participants appliquent un processus décisionnel pour prendre des décisions stratégiques optimales individuellement et collectivement au sein d'instances de direction et expérimentent comment tirer parti de l'intelligence collective et se prémunir des biais émotionnels et cognitifs dans la prise de décision.

OBJECTIFS

Cette formation a pour objectif de permettre aux participants de :

- Appliquer un questionnement systémique intégrant les besoins des parties prenantes
- Clarifier la finalité et élargir le champ des possibles pour des décisions optimales
- Identifier les biais décisionnels individuels et collectifs et cultiver son discernement
- Expérimenter un processus de décision collective efficace.

PROGRAMME

Le programme est inspiré du livre de la formatrice Donnez du sens à vos décisions (Eyrolles, 2018).

JOURNÉE 1

- Identification des parties prenantes et évaluation des enjeux dans une vision systémique
- Clarification de la finalité intégrant les besoins des parties prenantes
- Idéation pour explorer les possibilités

JOURNÉE 2

- Identification des biais décisionnels individuels et collectifs
- Expérimentation d'un processus de décision collective par intégration (consentement).

MODALITÉS

Durée de la formation : 2 jours (14 heures).
Possibilité de sessions de coaching et de codéveloppement.
8 à 12 personnes maximum

PUBLIC CIBLE

Ce parcours s'adresse aux dirigeants et aux membres d'instances de direction d'entreprises, d'organismes publics, d'associations ou de projets.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

Face à la complexité et à l'incertitude, le discernement est une condition de succès des décisions stratégiques des instances de direction.

DÉCIDER DANS LA COMPLEXITÉ

Une approche systémique de la décision pour faire des choix conscients avec sa tête, son cœur et ses tripes, animée par l'auteure du livre Donnez du sens à vos décisions.

OBJECTIFS

Cette formation a pour objectif de permettre aux participants de :

- Comprendre les étapes clés d'un processus de décision intégrant les enjeux et les parties prenantes dans une vision systémique ;
- Clarifier la finalité de la décision et pratiquer un questionnement pour élargir l'espace des possibles ;
- Être conscient de ses biais décisionnels – cognitifs et émotionnels - susceptibles d'altérer son jugement.

PROGRAMME

Le contenu s'appuie sur le livre de la formatrice publié aux éditions Eyrolles : *Donnez du sens à vos décisions : 7 clés pour discerner et faire les bons choix* (2018)

JOUR 1

- Les défis de la décision
- Introduction à la complexité
- Système 1 / Système 2
- Décider avec discernement
- Le cadre de la décision
- Clarifier la finalité de la décision

JOUR 2

- Identifier des options valables
- Être conscient des biais cognitifs et émotionnels
- Délibérer et confirmer le choix
- Codéveloppement en sous-groupe à partir des situations des participants

MODALITÉS

Durée : 2 jours de formation – 14h sur un parcours en présentiel, visio ou blended-learning selon les besoins.

Sessions en intra ou en inter-entreprises.
Liste des sessions : sur demande

Avant la formation, les participants sont invités à penser à une situation qu'ils souhaitent explorer pour prendre une décision optimale.

PUBLIC CIBLE

Cet atelier expérientiel est destiné à des dirigeants, managers et professionnels, souhaitant approfondir leurs compétences décisionnelles dans l'incertitude et la complexité.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

« Excellente animatrice, Sylvie maîtrise parfaitement le sujet et je l'ai trouvé très à l'écoute du groupe. »

« Cette formation fait partie des deux formations de ma carrière qui ont été révélatrices, sont réellement applicables au quotidien, et dont les apports vont se bonifier au fur et à mesure ! »

DÉPLOYER SON LEADERSHIP D'INFLUENCE

Le succès des managers repose sur leur capacité à mobiliser les énergies autour de projets et de décision qui ont du sens. Ce module de formation propose des approches et des outils pour soutenir les managers et les directeurs dans leur rôle de catalyseur.

OBJECTIFS

Cette formation a pour objectif de permettre aux participants de :

- Déployer leur leadership d'influence auprès de leurs collaborateurs et de leur hiérarchie pour renforcer la mobilisation et le succès de leurs projets
- Construire une stratégie d'implication efficace des parties prenantes pour favoriser la gestion du changement
- Proposer des solutions mutuellement satisfaisantes pour renforcer la mobilisation autour de leurs projets.

PROGRAMME

MODULE 1 : VISION SYSTÉMIQUE

- Connaître son Profil Agile®
- Distinguer Pouvoir et Influence
- Élaborer la cartographie de ses parties prenantes et de ses alliés

MODULE 2 : INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

- Cultiver l'empathie et prendre en compte les besoins des parties prenantes
- Explorer les options pour une satisfaction mutuelle des besoins
- Cultiver un réseau de soutien

MODULE 3 : GESTION DU CHANGEMENT ET MOBILISATION

- Identifier les dynamiques sur la courbe du changement
- Développer une stratégie adaptée
- Dépasser les obstacles avec le *Nudge*

MODALITÉS

2 jours en atelier expérientiel en présentiel ou à distance.

Liste des sessions : sur demande

PROFIL DES PARTICIPANTS

Cette formation s'adresse à des leaders et managers de toutes fonctions qui souhaite renforcer leur capacité d'influence auprès de leurs équipes et de leur hiérarchie.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

PROFIL DE LA FORMATRICE

Sylvie-Nuria Noguer, coach professionnelle formée à la médiation et à la Communication NonViolente (plus de 100 jours de formation dont près de 30 jours avec M. Rosenberg).

« Je recommande fortement cette formation car notre métier allie à la fois la technique et les relations sociales. Il est donc essentiel d'apprendre à convaincre et influencer pour montrer l'intérêt de notre projet. »

MIEUX COMMUNIQUER POUR MIEUX COOPÉRER

Une formation qui suscite des prises de conscience et des partages authentiques et bienveillants pour ancrer de nouveaux modes de communication au service d'une meilleure coopération.

OBJECTIFS

Cette formation a pour objectif de permettre aux participants de :

- Comprendre les fondements de l'empathie envers soi et envers les autres ;
- Pratiquer une écoute bienveillante et une expression authentique au service de la coopération ;
- Se connecter aux besoins pour trouver des solutions mutuellement satisfaisantes.

PROGRAMME

MODULE 1

- Fondement de l'empathie et intelligence émotionnelle
- Accueillir et nommer les émotions
- Se connecter aux besoins

MODULE 2

- Choix entre réaction émotionnelle et réponse consciente
- Préparer un dialogue authentique et bienveillant
- Cultiver une attitude de gratitude

MODALITÉS

Nombre de jours : 2

Nombre d'heures : 14

Parcours en présentiel / À distance / en Blended learning selon les besoins.

Liste des sessions : sur demande

PROFIL DES PARTICIPANTS

Cette formation s'adresse à des dirigeants, leaders et managers de toutes fonctions, pour qui la communication est un facteur clé de performance.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

PROFIL DE LA FORMATRICE

Formatrice expérimentée dans l'accompagnement et le travail de transformation des émotions (plus de 100 jours de formation en Communication NonViolente dont près de 30 jours avec Marshall Rosenberg).

RENFORCER SON LEADERSHIP AGILE

Une formation délivrée à plusieurs milliers de managers dans le monde, à partir d'une approche développée depuis 2006 par Jérôme Barrand et Jocelyne Deglaine fondateurs de Agil'OA et ex-enseignants de l'École de Management de Grenoble.

OBJECTIFS

Cette formation a pour objectif de permettre aux participants de :

- Comprendre les leviers de l'agilité au niveau individuel et collectif
- Évaluer les attentes et besoins en agilité de leur environnement
- Découvrir leur Profil Agile® et identifier leurs zones de force et leurs axes de développement..

PROGRAMME

MODULE 1

- Introduction à la complexité
- Découvrir postures de l'agilité : Anticiper, Coopérer, Innover
- Comprendre les leviers rationnels et émotionnels de l'agilité

MODULE 2

- Évaluer les besoins en agilité de son environnement
- Découvrir son Profil Agile®
- Identifier les forces et axes de développement de son leadership agile
- Élaborer son plan de développement

2 semaines avant la formation les participants reçoivent un lien vers un questionnaire en ligne de 10 min permettant d'établir leur Agile Profile®. Avant la formation, les participants seront invités à penser à une situation pour laquelle ils souhaitent développer leur leadership d'influence.

MODALITÉS

Nombre de jours : 1
Nombre d'heures : 7

Approfondissement en co-développement sur demande – 6 séances pour un groupe de 6 participants.
Formation en présentiel / À distance / en *Blended learning* selon les besoins.

Liste des sessions : sur demande

PROFIL DES PARTICIPANTS

Cette formation s'adresse à des équipes de gestion de projet souhaitant développer leur performance collective, ainsi qu'à des leaders et managers de toutes fonctions souhaitant renforcer leur capacité à faire face efficacement à des situations complexes - risk manager, change manager, responsable sécurité, responsable opérationnel.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

LES PLUS DE LA FORMATION

Chaque participant reçoit son Profil Agile® individuel qui donne des repères et des axes d'évolutions concrets pour développer son leadership agile et mieux faire face à l'incertitude et à la complexité.

ÉMOTIONS ET RÉSILIENCE : L'ART DE REBONDIR

Une formation répondant à des besoins essentiels dans le contexte actuel par une formatrice expérimentée dans le travail d'accompagnement et de transformation des émotions (plus de 100 jours de formation en Communication Non Violente dont près de 30 jours avec Marshall Rosenberg).

OBJECTIFS

Cette formation a pour objectif de permettre aux participants de :

- Comprendre les liens entre émotions, sensations, pensées et besoins humains ;
- Transformer ses émotions par le recadrage, la connexion aux besoins, et le mouvement ;
- Découvrir des pratiques pour cultiver les émotions positives et renforcer sa résilience.

PROGRAMME

MODULE 1

- Lien entre émotions / sensations / pensées et besoins
- Nommer les émotions
- Respirer pour revenir au calme
- Observer et recadrer ses pensées

MODULE 2

- Résilience de type 1 et de type 2
- Se connecter aux besoins et trouver des options pour rebondir
- Cultiver les émotions positives pour renforcer sa résilience
- Expérimenter des pratiques

MODALITÉS

1 à 2 jours en deux ateliers pour encourager l'expérimentation de pratiques entre session.

Parcours de formation en présentiel et en blending learning pouvant être adapté selon les besoins.

Liste des sessions : sur demande

PUBLIC CIBLE

Cette formation s'adresse à des leaders et managers de toutes fonctions qui dans leur posture peuvent soutenir la résilience individuelle et collective de leurs équipes.

Elle s'adresse également à tout collaborateur souhaitant développer ses capacités de résistance au stress dans un contexte professionnel.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

« J'ai vraiment aimé les ateliers où Sylvie-Nuria nous donnait des outils à mettre en pratique lors de travaux à 2 et à 3 personnes. Cette formation est très intéressante et pertinente. Je la recommande fortement ! »

CULTIVER SA POSTURE DE LEADERSHIP

Les ateliers de codéveloppement proposés dans ce parcours permettent aux managers et aux dirigeants d'intégrer une posture de leadership conscient tout en créant du lien et du soutien entre pairs. La diversité des groupes est un gage de richesse dans les échanges.

OBJECTIFS

Cette formation a pour objectif de permettre aux participants de :

- Intégrer une pensée réflexive de sa pratique à partir d'un questionnement
- Consolider son identité professionnelle et agir de façon plus efficace et pertinente
- Apprendre à aider et à être aidé au sein du collectif

PROGRAMME

Le groupe de codéveloppement professionnel permet le co-apprentissage entre pairs sur ses pratiques managériales et sa posture de leadership par les partages et l'approfondissement des situations de chacun selon la démarche de Claude Payette et Adrien Champagne.

Les participants (4 à 8) du groupe de codéveloppement professionnel se rencontrent une fois par mois sur une période de 6 mois à un an.

Le groupe s'engage sur des règles de fonctionnement où chacun est tour à tour « client » et « consultant » dans un processus facilité par une animatrice formée.

Chaque session se déroule selon les étapes suivantes après une préparation avec le « client » du sujet qu'il souhaite aborder :

1 - Exposé du problème ou du projet par le client

2 - Clarification et questionnement

3 - Reformulation et validation de la demande

4 - Suggestions et propositions de solution des consultants

5 - Plan d'action du client

6 - Évaluation et apprentissages de l'ensemble des participants

MODALITÉS

Nombre de jours : 1,5 à 3 jours au total selon le nombre de participants.

En présentiel, à distance (visio) ou en *blended*.

PROFIL DES PARTICIPANTS

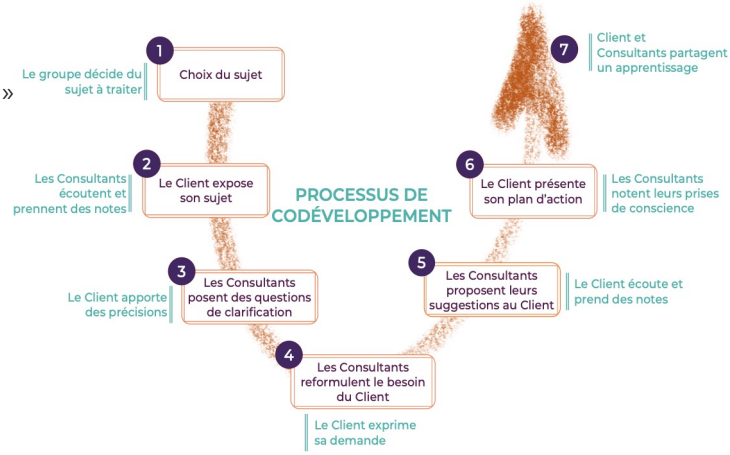
Ce programme s'adresse à des groupes de pairs - dirigeants, managers de différentes fonctions, business units - désireux d'améliorer leur posture de leadership et leur identité professionnelle.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

PROFIL DE LA FORMATRICE

Sylvie-Nuria Noguer, coach professionnelle est spécialisée dans l'accompagnement des équipes et formée au codéveloppement professionnel.



Carae Coaching

ACCOMPAGNER LES TRANSFORMATIONS
EN ÉMERGENCE

https://carae-coaching.com

Carae Coaching - SASU au capital de 1500 euros - RCS Mâcon 900 723 032 - NAF 7022Z.
TVA intracommunautaire : FR47900723032

Numéro de déclaration d'activité de prestataire de formation : 27710301771