

prepare yourself for success

*kristi.fr*

Catalogue

2020

# Cycles de Formation

- **Accompagnement**
  - **Coaching Individuel**
    - Gagner en clarté, Développer ses compétences, Atteindre ses objectifs
  - **Utiliser les Compétences du Coaching**
  - **Gérer ses priorités, son stress**
    - Gérer son temps et son stress pour être plus efficace
  - **Communication à distance**
    - Comment maintenir une haute qualité relationnelle à distance?
- **Intelligence Collective**
  - **Développement du Leadership & Communication**
    - Résolution de problèmes réels et complexes en équipe
    - Processus de travail permettant de développer des compétences de leadership
  - **L'Art du Questionnement et de l'Ecoute Active**
    - Posez de meilleures questions pour obtenir de meilleurs résultats de votre équipe, de vos clients ou de vos pairs
  - **Coaching en équipe**
    - Aligner et motiver les équipes pour atteindre les objectifs fixés
- **Emergenetics**
  - **Révéler ses préférences et Réaliser son Potentiel**
    - Débriefe Individuel
    - Dynamique d'équipe – Individuel, Petit groupe, Grand groupe
- **NeuroLanguage Coaching**
  - **Identifier vos objectifs pour mieux communiquer en anglais**
    - **Formation Parcours Certifiant BEST (Business English Skills Tests) éligible au CPF**

# Cycle Accompagnement

## Coaching Individuel

(présentiel ou à distance)

Avis Client:  4,7/5 sur 10 avis

**Gagner en clarté.**

**Développer ses compétences.**

**Atteindre ses objectifs.**

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES:

- Le coaching individuel peut être un moyen efficace de vous aider à identifier, développer et atteindre vos objectifs.
- Les coaches responsabilisent les individus en leur fournissant une structure, un soutien et un retour d'information.
- Grâce au coaching, vous prenez conscience de vos capacités, développez vos compétences, fixez vos objectifs plus clairs et prenez des mesures pour les atteindre.
- Coach certifiée dans un certain nombre d'approches et de méthodologies de coaching.
- Coaching personnalisé pour répondre aux besoins de l'individu et/ou de l'organisation.

### METHODOLOGIE:

- Une écoute et une totale autonomie dans votre réflexion sur la façon dont vous voulez avancer. Le Coach, avec son regard extérieur et neutre, éclaire ce qui s'est brouillé. Tenu par la confidentialité, il accompagne sur une durée ponctuelle et des objectifs précis. Par le questionnement et l'écoute, on aide le client à trouver des réponses en lui, sans influencer.

Parcours de Coaching  
Individuel de 90 mn

#### Participants

Toute personne souhaitant avancer vers ses objectifs dans son environnement professionnel et personnel.

#### Pré-requis

Cycle Emergenetics ,  
Débriefe Individuel en amont de la formation.

#### Prix 2020 :

A définir en fonction des besoins

#### Modalités d'évaluation

L'évaluation de l'atteinte des objectifs se fait par une réunion tripartite.

#### Satisfaction Client

A l'issue de chaque stage ou séminaire, un questionnaire est fourni aux participants afin d'évaluer le cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

#### Accessibilité

Toutes les formations sont accessibles à distance.  
Pour les formations en entreprises les dispositifs mise en place par les sociétés sont suivis.

# Cycle Accompagnement

## Utiliser les compétences du Coaching

(présentiel ou à distance)

**Avis Client:** Nouvelle formation

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Apprendre comment établir et maintenir un rapport de confiance avec un collaborateur.
- Comprendre la puissance des questions.
- Expliquer la différence entre les questions ouvertes et les questions fermées.
- Distinguer trois « niveaux d'écoute ».
- Comprendre et entrer dans la "position du coach", le mental et l'émotionnel.
- Apprendre les quatre questions fondamentales du développement qui forment le base de chaque séance de coaching.
- Décrire les quatre étapes par lesquelles passe un individu lorsqu'il apprend une nouvelle habitude ou compétence (Les quatre étapes de l'apprentissage).
- Explorer l'importance de la visualisation pour aider les autres à atteindre leurs objectifs.

### METHODOLOGIE:

- Grâce à des exercices pratiques - dont certains vous placent dans la peau d'un coach - vous développerez et affinerez des compétences essentielles en matière de coaching. En allant au-delà du mentorat classique et de la gestion quotidienne, vous trouverez de nouveaux moyens de renforcer votre équipe et d'apporter une valeur ajoutée à votre organisation.

Master Class de 90 minutes

#### Participants

Toute personne souhaitant mieux comprendre les atouts de Manager / Coach dans son environnement professionnel et personnel.

#### Pré-requis

Non-applicable

#### Prix 2020 :

399€ HT par personne

#### Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis se fait au long de la session au travers de multiples exercices à réaliser (50 à 70% du temps).

#### Satisfaction Client

A l'issue de chaque stage ou séminaire, un questionnaire est fourni aux participants afin d'évaluer le cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

#### Accessibilité

Toutes les formations sont accessibles à distance. Pour les formations en entreprises les dispositifs mise en place par les sociétés sont suivis.

# Cycle Accompagnement

## Gérer ses priorités, gérer son stress

(présentiel ou à distance)

**Avis Client:** Nouvelle formation

**Gérer son temps et son stress pour être plus efficace**

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES:

- Mettre en place des méthodes améliorant son efficacité en dépassant ses freins
- Identifier comment l'individu gère son temps
- Connaître les principes majeurs de la maîtrise du temps
- Comment mieux déléguer et coopérer à distance
- Gérer les urgences présentes et anticiper simultanément les urgences de demain
- Rester concentré et productif au travail
- Mettre en place des objectifs SMART
- Avoir du recul pour définir l'important
- Utiliser la matrice d'Eisenhower simple
- Réflexion: qu'est-ce que le temps: une vision personnelle
- Télétravailler de manière efficace

### METHODOLOGIE:

Travaux pratiques:

- Evaluation de sa relation au temps à l'aide d'un auto-positionnement.
- Application de la matrice d'Eisenhower à ses tâches quotidiennes. Débriefing collectif.
- Exercices individuels et collectifs à partir de cas concrets.
- Répertorier les missions et les tâches de son équipe. Élaborer un plan de délégation.

Master Class de 90 minutes

### Participants

Toute personne souhaitant mieux gérer son temps et son stress dans son environnement professionnel et personnel.

### Pré-requis

Non-applicable

### Prix 2020 :

399€ HT par personne

### Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis se fait au long de la session au travers des multiples exercices à réaliser (50 à 70% du temps).

### Satisfaction Client

A l'issue de chaque stage ou séminaire, un questionnaire est fourni aux participants afin d'évaluer le cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

### Accessibilité

Toutes les formations sont accessibles à distance. Pour les formations en entreprises les dispositifs mise en place par les sociétés sont suivis.

# Cycle Accompagnement

## Communication à distance

(présentiel ou à distance)

**Avis Client:** Nouvelle formation

### Comment maintenir une haute qualité relationnelle à distance?

#### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES:

- Diffuser de manière appropriée des signes de reconnaissance en distanciel.
- Gérer son stress et ses émotions dans le management distanciel
- Rester concentré et productif au travail
- Gérer les effets de relation « tout digital »
- Garder le lien et l'alliance avec ses équipes sur une longue période de télétravail

#### METHODOLOGIE:

Travaux pratiques

- Autodiagnostic sur les styles de communication.
- Jeux de rôles : mises en pratique sur des situations types rencontrées par les participants.

Master Class de ½ jour

#### Participants

Toute personne souhaitant améliorer sa communication à distance dans son environnement professionnel et personnel.

#### Pré-requis

Non applicable

**Prix 2020 : 399€ HT par personne**

#### Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis se fait au long de la session au travers des multiples exercices à réaliser (50 à 70% du temps).

#### Satisfaction Client

A l'issue de chaque stage ou séminaire, un questionnaire est fourni aux participants afin d'évaluer le cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

#### Accessibilité

Toutes les formations sont accessibles à distance. Pour les formations en entreprises les dispositifs mise en place par les sociétés sont suivis.



# Cycle Intelligence Collective Développement du Leadership & Communication

(présentiel ou à distance)

**Avis Client:**  4,1/5 sur 36 avis

Stage d'initiation à **Action Learning**

Méthode unique d'intelligence collective qui permet à la fois la résolution de problèmes réels et complexes en équipe, mais aussi un processus de travail permettant de développer des compétences de leadership.

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Résoudre rapidement et de façon créative des problèmes réels, complexes et relativement urgents
- Développer efficacement les compétences de communication et de leadership des participants
- Faire évoluer sensiblement vos pratiques de management des hommes/femmes et de leadership
- Soutenir et inciter les gens à chercher des réponses, à agir et à apprendre
- Susciter un engagement à l'action, soutenu par le soutien et la responsabilité d'un groupe de pairs
- Veiller à ce que l'apprentissage soit réinjecté dans l'organisation.

## METHODOLOGIE:

Travaux pratiques

- Mise en situation d'une session d'Action Learning. Les équipes travaillent sur le véritable problème auquel leur organisation est confrontée. Elles explorent les options et prennent des mesures pour tester la manière dont leurs idées résolvent le problème. Il place la recherche et les questions au cœur de la culture de l'organisation. Il comprend six composantes et deux règles de base.

Master Class de 90 minutes (inter/intra)

### Participants

Tout individu, équipe ou organisation souhaitant apprendre une nouvelle façon de résoudre des problèmes et améliorer leurs compétences de communication et de leadership.

### Pré-requis

Passage de l'atelier l'Art du Questionnement et de l'Ecoute Active

**Prix 2020** : A définir suivant la configuration du groupe

### Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis se fait au long de la session.

### Satisfaction Client

A l'issue de chaque stage ou séminaire, un questionnaire est fourni aux participants afin d'évaluer le cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

### Accessibilité

Toutes les formations sont accessibles à distance. Pour les formations en entreprises les dispositifs mise en place par les sociétés sont suivis.



# Cycle Intelligence Collective

## L'Art du Questionnement et de l'Ecoute Active

(présentiel ou à distance)

**Avis clients:**  4,5/5 sur 36 avis

Posez de meilleures questions pour obtenir de meilleurs résultats de votre équipe, de vos clients ou de vos pairs

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Comprendre la puissance des questions
- Apprenez les cinq étapes de base pour poser de bonnes questions
- Utiliser des techniques et des méthodes pratiques et amusantes pour poser de meilleures questions
- Appliquer un outil conversationnel puissant pour approfondir le niveau d'écoute et assurer la clarté
- Explorer l'art de l'écoute active
- Apprendre tout en s'amusant

### METHODOLOGIE:

Travaux pratiques

- Mise en situation d'une session d'Action Learning. Les équipes travaillent sur le véritable problème auquel leur organisation est confrontée. Elles explorent les options et prennent des mesures pour tester la manière dont leurs idées résolvent le problème. Il place la recherche et les questions au cœur de la culture de l'organisation. Il comprend six composantes et deux règles de base.

Master Class de 90 minutes

### Participants

Toute personne souhaitant améliorer leurs compétences de communication et de leadership dans son environnement professionnel et personnel.

### Pré-requis

Non-applicable

### Prix 2020 :

A définir suivant les besoins.

### Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis se fait au long de la session au travers des multiples exercices à réaliser (50 à 70% du temps).

### Satisfaction Client

A l'issue de chaque stage ou séminaire, un questionnaire est fourni aux participants afin d'évaluer le cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

### Accessibilité

Toutes les formations sont accessibles à distance. Pour les formations en entreprises les dispositifs mise en place par les sociétés sont suivis.





# Cycle Accompagnement

## Coaching en Equipe

(présentiel ou à distance)

**Avis Client:** Nouvelle formation

### Aligner et motiver les équipes pour atteindre les objectifs fixés

#### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES:

- Stimuler l'ouverture, l'intérêt et l'enjouement d'une équipe.
- Renforce la créativité et la réflexion stratégique.
- Apprendre à encourager les membres de l'équipe à se faire confiance et se défendre les uns les autres.
- Découvrir comment communiquer mieux dans votre équipe.
- Créer une identité unique d'équipe.
- Créer du sens pour l'équipe.
- Trouver des idées créatives.
- Prendre des mesures et décisions ensemble.
- Explorer ce qui fonctionne, ce qui doit changer, ce qui peut être étendu, ce qui doit commencer.

#### METHODOLOGIE:

- Une écoute et une totale autonomie dans la réflexion sur la façon dont l'équipe veut avancer. Le Coach, avec son regard extérieur et neutre, éclaire ce qui s'est brouillé. Tenu par la confidentialité, il accompagne sur une durée ponctuelle et des objectifs précis. Par le questionnement et l'écoute, on aide l'équipe à trouver des réponses en lui, sans influencer.

Parcours de 10 heures  
(session d'une ½  
journée)

#### Participants

Toute équipe, groupe ou organisation souhaitant optimiser les potentiels et développer une intelligence collective.

#### Pré-requis

Non-applicable

#### Prix 2020 :

A définir en fonction des besoins.

#### Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis se fait au long de la session au travers des multiples exercices à réaliser (50 à 70% du temps).

#### Satisfaction Client

A l'issue de chaque stage ou séminaire, un questionnaire est fourni aux participants afin d'évaluer le cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

#### Accessibilité

Toutes les formations sont accessibles à distance. Pour les formations en entreprises les dispositifs mis en place par les sociétés sont suivis.

# Cycle Emergenetics

## Révéler ses préférences et Réaliser son Potentiel

(présentiel ou à distance)

**Avis Client:**  4,0/5 sur 1 avis

### Débriefe Individuel

Cette session vous initiera à Emergenetics: méthode unique qui révèle la manière dont vous préférez penser et vous comporter.

Par une meilleure compréhension de vous-même et des autres, vous pouvez construire des stratégies interpersonnelles qui permettent d'augmenter l'efficacité, d'améliorer la communication et de développer le leadership.

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Décrypter son profil Emergenetics pour mieux connaître ses forces
- Faciliter et optimiser son apprentissage relationnel en tant qu'individu et manager
- Développer sa flexibilité en respectant ses limites
- Mieux reconnaître les autres dans leurs forces
- Exprimer son potentiel managérial en situation professionnelle

### METHODOLOGIE:

- Pédagogie active basée sur des échanges, des jeux, le débriefing de son profil Emergenetics®, des mises en situation et une évaluation tout au long de la formation

Débrief Profil en 90 minutes (individuel)

#### Participants

Toute personne souhaitant mieux se comprendre et s'épanouir dans son environnement professionnel et personnel

#### Pré-requis

Passage du questionnaire en ligne Emergenetics en amont de la formation.

#### Prix 2020 :

200€ HT par personne

#### Modalités d'évaluation

Debrief du Profil avec Stratégies d'Intervention

#### Satisfaction Client

A l'issue de chaque stage ou séminaire, un questionnaire est fourni aux participants afin d'évaluer le cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

#### Accessibilité

Toutes les formations sont accessibles à distance. Pour les formations en entreprises les dispositifs mise en place par les sociétés sont suivis.

# Cycle Emergenetics

## Révéler ses préférences et Réaliser son Potentiel

(présentiel ou à distance)

**Avis Client:** Nouvelle Formation

### Dynamique d'équipe – Petit groupe ou Grand groupe

Ce stage vous initiera à Emergenetics: méthode unique qui révèle la manière dont vous préférez penser et vous comporter.

Par une meilleure compréhension de vous-même et des autres, vous pouvez construire des stratégies interpersonnelles qui permettent d'augmenter l'efficacité, d'améliorer la communication et de développer le leadership.

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Décrypter son profil Emergenetics pour mieux connaître ses forces
- Faciliter et optimiser son apprentissage relationnel en tant qu'individu et manager
- Développer sa flexibilité en respectant ses limites
- Mieux reconnaître les autres dans leurs forces
- Exprimer son potentiel managérial en situation professionnelle

### METHODOLOGIE:

- Pédagogie active basée sur des échanges, des jeux, le débriefing de son profil Emergenetics®, des mises en situation et une évaluation tout au long de la formation

Atelier pratique en ½  
journée (inter/intra)

#### Participants

Toute personne souhaitant mieux se comprendre et s'épanouir dans son environnement professionnel et personnel

#### Pré-requis

Passage du questionnaire en ligne Emergenetics en amont de la formation.

**Prix 2020 :** A définir suivant la configuration du groupe

#### Modalités d'évaluation

Debrief du Profil avec Stratégies d'Intervention

#### Satisfaction Client

A l'issue de chaque stage ou séminaire, un questionnaire est fourni aux participants afin d'évaluer le cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

#### Accessibilité

Toutes les formations sont accessibles à distance. Pour les formations en entreprises les dispositifs mise en place par les sociétés sont suivis.

# Cycle NeuroLanguage Coaching

## Identifier vos objectifs pour mieux communiquer en anglais

(présentiel ou à distance)

Formation préparant à la certification officielle BEST (Business English Skills Tests) enregistrée au RNCP (Répertoire National des Certifications Professionnelles), module 3 Speaking, éligible au CPF

**Avis Client:**  4,8/5 sur 3 avis

**Taux de Certification:** 100 % 1/1

Stage idéal pour les professionnels qui ont besoin d'une connaissance approfondie de l'anglais parlé pour les affaires et atteindre leurs objectifs en expression orale.

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES:

- Totalement sur mesure
- Identifier vos objectifs précis en termes de besoins fonctionnels
- Une fois les objectifs fixés, le coach certifié accompagne la personne coachée afin de développer des actions pour atteindre ces objectifs
- Les actions doivent être concrètes, réalistes et ciblées et être réalisées dans un délai déterminé

### METHODOLOGIE:

- Pédagogie active basée sur la méthodologie d'un Coach certifié par la méthode d'Efficient Language Coaching certifié par la Fédération Internationale de Coaches

### Autres Blocs de Compétences (avec Franco-English Chamber)

- Module 1: Comprendre des documents écrits
- Module 2: Rédiger des documents professionnels

Dans le cadre du CPF un stagiaire peut passer 1, 2 ou 3 modules, au choix.

Pas de lien avec d'autres certifications professionnelles, certification ou habilitations

Parcours de 10 heures  
(session d'une heure)

### Participants

Toute personne souhaitant mieux communiquer et s'épanouir en anglais dans son environnement professionnel et personnel.

### Pré-requis

Niveau B1 (Pré-Intermédiaire)

### Prix 2020 :

775€ HT par personne

### Modalités

#### d'évaluation

L'évaluation des acquis se fait au long de la session au travers des multiples exercices à réaliser (50 à 70% du temps).

Certification BEST en fin de formation.

### Satisfaction Client

A l'issue de chaque stage ou séminaire, un questionnaire est fourni aux participants afin d'évaluer le cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

### Accessibilité

Toutes les formations sont accessibles à distance. Pour les formations en entreprises les dispositifs mise en place par les sociétés sont suivis.