

CATALOGUE DE FORMATIONS

Les compétences relationnelles au service de la performance



Olivier
BABANDO

Communication Consciente et Constructive



Sommaire

3 ————— Présentations

- 4 Présentation personnelle
- 5 Présentation des stages

6 ————— Formations individuelles

- 7 Communiquer plus efficacement grâce à la CNV
- 8 Fluidifier ses échanges professionnels en adoptant la posture CNV
- 9 Prendre soin de vos relations professionnelles grâce à l'intelligence émotionnelle
- 10 Développer l'écoute active
- 11 S'affirmer avec assertivité dans ses relations professionnelles
- 12 Créer une relation de confiance avec ses client.e.s
- 13 Créer une culture du feedback dans son équipe
- 14 Adopter la posture du manager inspirant
- 15 Gérer les conflits dans son équipe

16 ————— Formations d'équipe

- 17 Améliorer la communication interpersonnelle dans l'équipe
- 18 Créer une culture du feedback dans l'équipe

19 ————— Ateliers et conférences

- 20 Conférence de découverte de la CNV
- 21 Atelier de sensibilisation à la CNV

22 ————— Contact

- 23 Coordonnées et réseaux sociaux

PRESENTATIONS



Présentation personnelle



Formateur
Olivier
BABANDO



Olivier Babando

Formateur en Communication NonViolente (CNV)

Je suis formateur certifié du CNVC (Center for Non Violent Communication).

De formation ingénieur, j'ai travaillé pendant plus de 20 ans en entreprise où j'ai exercé plusieurs métiers. Technique d'abord, en management de projets et d'équipes ensuite pour finir ma carrière dans des activités de formateur, animateur, facilitateur et coach.

J'ai pu observer que la qualité des relations au sein des organisations a un impact direct sur la performance individuelle et collective dans les équipes. J'ai malheureusement pu observer également que les habitudes dans les organisations font que la qualité des relations est trop souvent négligée au détriment de la recherche de la performance.

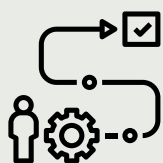
Il y a quelques années, j'ai pris conscience que derrière l'apparente efficacité d'une communication traditionnelle que la plupart d'entre nous connaît se cache en réalité beaucoup de souffrance. J'ai alors découvert la CNV qui est la formation qui m'a le plus changé dans ma vie en tant qu'homme. Elle m'a été extrêmement précieuse dans mon développement personnel et est une alliée précieuse depuis quelques années pour mieux vivre mes relations personnelles et professionnelles.

Présentation des stages



Formateur

Olivier
BABANDO



Méthodes pédagogiques

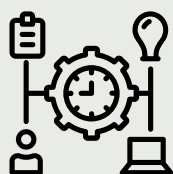
Les stages alternent entre théorie et pratique, entre partages et discussions autour du thème de la session et expérimentation seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles. L'apprentissage s'enrichit des échanges entre les participant.e.s.

La pédagogie est variée, active et participative avec notamment des mises en situation réalistes.



Durée

La durée des stages est exprimée dans une fourchette de jours pour prendre en compte les contraintes budgétaires et temporelles des participant.e.s. La durée idéale, pour couvrir pleinement et sereinement le programme du stage, est la valeur haute de la fourchette. Le choix de la valeur basse de la fourchette impliquera des concessions sur l'exhaustivité des thèmes abordés et la profondeur des apprentissages.

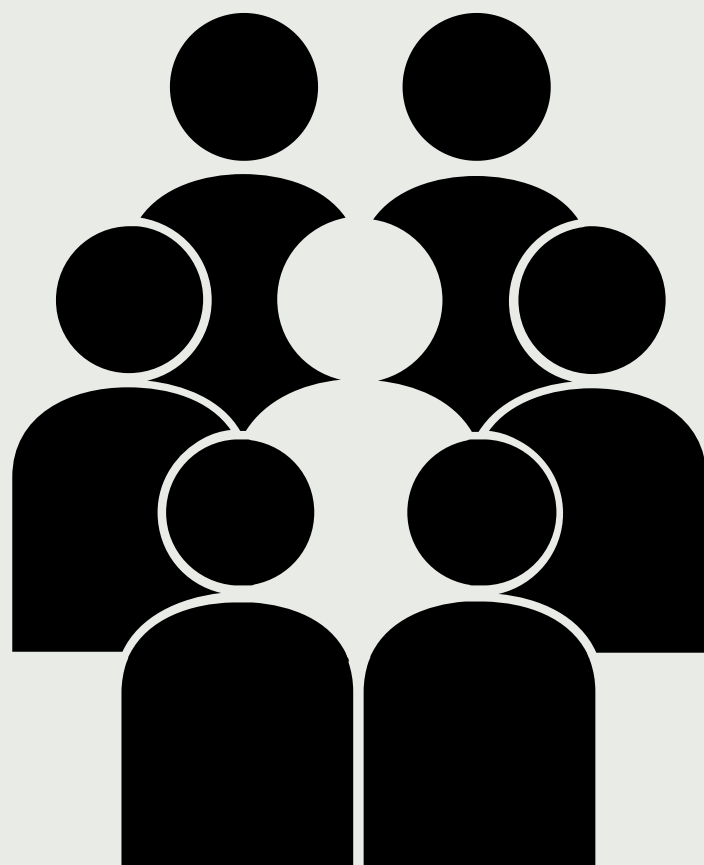


Organisation

Les formations proposées dans ce catalogue sont des formules 'clés en main'. Néanmoins, il est tout à fait possible de réfléchir ensemble à des formules 'sur mesure' sur des thématiques identiques ou proches de celles mentionnées dans ce catalogue.

Tous les stages sont proposés en présentiel ou en distanciel même si le choix du présentiel est préférable pour augmenter la qualité des échanges et des interactions.

FORMATIONS INDIVIDUELLES



Communiquer plus efficacement grâce à la CNV (*)



Formateur

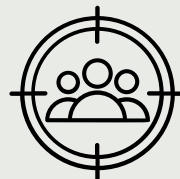
Olivier
BABANDO

FORMATION INDIVIDUELLE



Objectifs de la formation

- Prendre conscience de nos habitudes de communication et de l'impact sur la qualité des relations
- Passer d'un mode de réaction automatique à un mode conscient d'action



Audience

Tout public



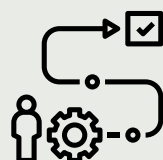
Durée

Entre 2 et 3 jours



Programme pédagogique

- Accueillir ses émotions et comprendre leur signification
- Identifier ses besoins
- Pratiquer le processus de la CNV pour mieux se comprendre et comprendre l'autre
- Nommer les manières habituelles d'écouter et de répondre
- Pratiquer l'écoute active
- Traduire les jugements en sentiments et besoins



Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du processus de la CNV.
- Pratique avec des expérimentations du processus seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

Fluidifier ses échanges professionnels en adoptant la posture CNV (*)



Formateur
Olivier BABANDO

FORMATION INDIVIDUELLE



Objectifs de la formation

- Prendre conscience de nos habitudes de communication et de l'impact sur la qualité des relations
- Passer d'un mode de réaction automatique à un mode conscient d'action



Audience

Public ayant participé à la formation 'Communiquer plus efficacement grâce à la CNV'



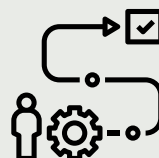
Durée

Entre 2 et 3 jours



Programme pédagogique

- S'exprimer de manière authentique
- Accueillir la réalité de l'autre
- Mesurer l'impact sur la relation de vouloir obtenir un résultat
- Créer un dialogue équilibré et ouvert
- Faire des demandes (en lien avec des besoins)
- Savoir dire et entendre un 'non'



Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du processus de la CNV.
- Pratique avec des expérimentations du processus seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

Prendre soin de vos relations professionnelles grâce à l'Intelligence Emotionnelle



Formateur

Olivier
BABANDO

FORMATION INDIVIDUELLE



Objectifs de la formation

- Mieux se connaître pour développer l'estime de soi
- Découvrir l'importance des émotions et des sensations corporelles pour la qualité des relations professionnelles



Audience

Tout public



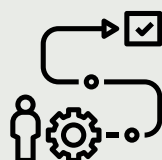
Durée

Entre 1 et 3 jours



Programme pédagogique

- Accueillir ses émotions et comprendre leur signification
- Ecouter les messages corporels
- Identifier ses besoins
- Comprendre ses schémas répétitifs de réactivité
- Identifier et comprendre son mode de fonctionnement
- Traduire ses jugements en sentiments et besoins



Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du thème du stage.
- Pratique avec des expérimentations seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

Développer l'écoute active



Formateur

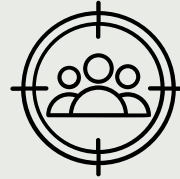
Olivier
BABANDO

FORMATION INDIVIDUELLE



Objectifs de la formation

- Apprendre à écouter de manière active et centrée
- Développer une qualité de présence empathique



Audience

Tout public



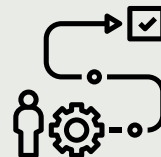
Durée

Entre 1 et 2 jours



Programme pédagogique

- Nommer les manières habituelles d'écouter
- Identifier leur palette d'écouter
- Pratiquer l'écoute active (en étant impliqué ou non)
- Traduire les jugements en sentiments et besoins



Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du thème du stage.
- Pratique avec des expérimentations seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

S'affirmer avec assertivité dans ses relations professionnelles



Formateur

Olivier
BABANDO

FORMATION INDIVIDUELLE



Objectifs de la formation

- Mieux se connaître pour développer l'estime de soi
- Savoir exprimer son point de vue tout en respectant son interlocuteur



Audience

Tout public



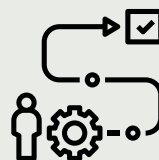
Durée

Entre 1 et 3 jours



Programme pédagogique

- Identifier et comprendre son mode de fonctionnement
- Ajuster son comportement à celui des autres avec plus d'assurance
- Se positionner efficacement dans la relation
- S'exprimer de manière authentique
- Pratiquer l'écoute active
- Savoir dire et entendre un 'non'



Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du thème du stage.
- Pratique avec des expérimentations seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

Créer une relation de confiance avec ses client.e.s



Formateur

Olivier
BABANDO

FORMATION INDIVIDUELLE



Objectifs de la formation

- Faire face avec bienveillance aux comportements et propos de ses client.e.s
- Savoir exprimer son point de vue tout en respectant son interlocuteur



Audience

Tout public



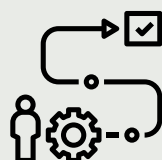
Durée

Entre 1 et 3 jours



Programme pédagogique

- Accueillir et comprendre l'état émotionnel de ses client.e.s
- Pratiquer l'écoute active
- Comprendre les comportements et propos de ses client.e.s
- Traduire les jugements de ses clients en sentiments et besoins
- Ajuster son comportement à celui de ses client.e.s avec plus d'assurance
- S'exprimer de manière authentique



Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du thème du stage.
- Pratique avec des expérimentations seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

Créer une culture du feedback dans son équipe



Formateur

Olivier
BABANDO

FORMATION INDIVIDUELLE



Objectifs de la formation

- Instaurer un état d'esprit qui valorise le 'droit à l'erreur' plutôt que la 'sanction de la faute'
- Favoriser des liens de confiance au sein de son équipe



Audience

Manager
Responsable d'équipe
Responsable de projet



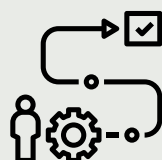
Durée

Entre 1 et 2 jours



Programme pédagogique

- Mesurer l'importance du feedback dans les relations professionnelles
- Savoir distinguer les différents types de feedback (encouragement, relationnel, amélioration, évaluation et recadrage)
- Avoir conscience de l'impact de sa position d'autorité
- Réaliser un feedback efficace et constructif
- Pratiquer l'écoute active
- Mettre en place une culture du feedback



Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du thème du stage.
- Pratique avec des expérimentations seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

Adopter la posture du manager inspirant



Formateur

Olivier
BABANDO

FORMATION INDIVIDUELLE



Objectifs de la formation

- Se positionner dans sa fonction pour être un leader inspirant
- Vivre son autorité avec bienveillance



Audience

Manager
Responsable d'équipe
Responsable de projet



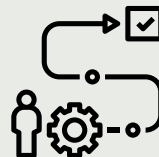
Durée

Entre 1 et 3 jours



Programme pédagogique

- Découvrir sa personnalité et son style de management
- Avoir conscience de l'impact de sa position d'autorité
- Gérer la diversité des profils des collaborateurs.trices
- Pratiquer l'écoute active
- Identifier les besoins et les attentes de son équipe
- Faire des feedbacks pertinents
- Identifier et traiter les situations problématiques et conflictuelles



Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du thème du stage.
- Pratique avec des expérimentations seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

Gérer les conflits dans son équipe



Formateur

Olivier
BABANDO

FORMATION INDIVIDUELLE



Objectifs de la formation

- Prendre conscience de l'impact de nos mots et de nos actes sur les autres
- Déceler et désamorcer les tensions
- Traverser les conflits plutôt que les éviter pour pacifier les relations



Audience

Manager
Responsable d'équipe
Responsable de projet



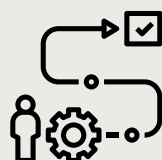
Durée

Entre 2 et 3 jours



Programme pédagogique

- Comprendre ses réactions face aux situations conflictuelles
- Comprendre les mécanismes d'un conflit
- Accueillir les divergences de point de vue
- Ecouter les émotions de chacun.e
- Identifier les besoins et attentes de chacun.e
- Accompagner la co-construction d'une solution



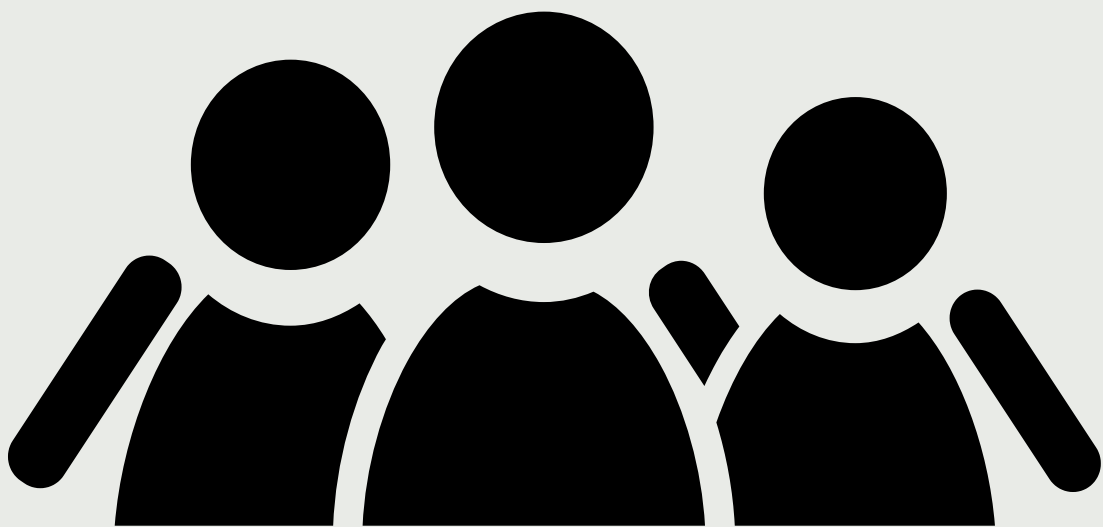
Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du thème du stage.
- Pratique avec des expérimentations seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

FORMATIONS D'EQUIPE



Améliorer la communication interpersonnelle dans l'équipe



Formateur

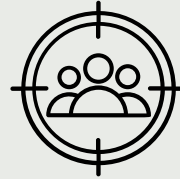
Olivier
BABANDO

FORMATION D'EQUIPE



Objectifs de la formation

- Favoriser des liens de confiance au sein de l'équipe
- Prendre conscience de nos habitudes de communication et de l'impact sur la qualité des relations
- Privilégier la qualité des relations aux résultats attendus



Audience

Equipe métier
Equipe projet



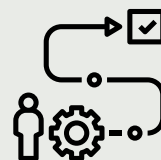
Durée

Entre 2 et 3 jours



Programme pédagogique

- Accueillir ses émotions
- Identifier les besoins et les attentes de chacun.e
- Améliorer la communication et les relations dans l'équipe
- Développer ses habiletés d'écoute et de reformulation
- Créer un dialogue équilibré et ouvert
- Traiter les situations problématiques et conflictuelles



Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du thème du stage.
- Pratique avec des expérimentations seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

Créer une culture du feedback dans l'équipe



Formateur

Olivier
BABANDO

FORMATION D'EQUIPE



Objectifs de la formation

- Instaurer un état d'esprit qui valorise le 'droit à l'erreur' plutôt que la 'sanction de la faute'
- Favoriser des liens de confiance au sein de l'équipe



Audience

Equipe métier
Equipe projet



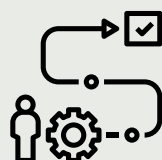
Durée

Entre 1 et 2 jours



Programme pédagogique

- Mesurer l'importance du feedback dans les relations professionnelles
- Savoir distinguer les différents types de feedback (encouragement, relationnel, amélioration)
- Clarifier son intention en donnant un feedback
- Réaliser un feedback constructif
- Recevoir un feedback désagréable
- Instaurer une culture collective du feedback



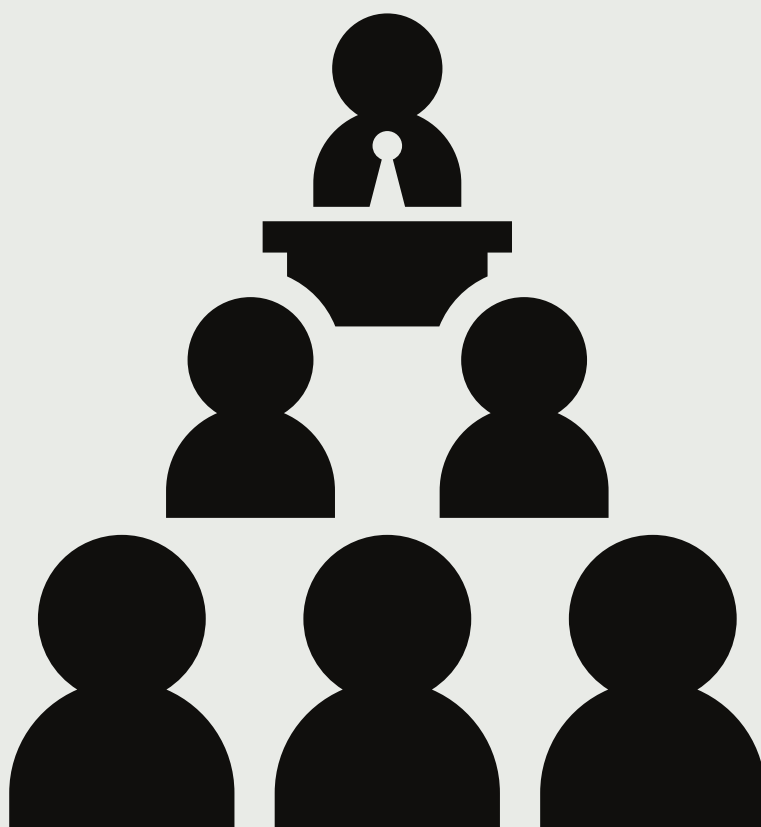
Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du thème du stage.
- Pratique avec des expérimentations seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

Utilisation de tests et d'outils pédagogiques

ATELIERS ET CONFERENCES



Conférence de découverte de la Communication NonViolente (CNV)



Formateur

Olivier
BABANDO

CONFERENCE



Objectifs de la formation

- Prendre conscience de nos habitudes de communication et de l'impact sur la qualité des relations
- Découvrir la CNV



Audience

Equipe métier
Equipe projet



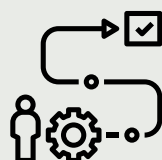
Durée

1 heure



Programme pédagogique

- Nommer les vertus de la CNV
- Identifier notre manière habituelle de s'écouter et d'écouter l'autre
- Expliquer le processus de la CNV
- Identifier les 4 manières d'accueillir un message difficile



Méthodes pédagogiques

Présentation expositive du processus de la CNV au travers d'anecdotes réelles, personnelles et professionnelles

Partage et échange sous forme de questions/réponses

Atelier de sensibilisation à la Communication NonViolente (CNV)



Formateur
**Olivier
BABANDO**

ATELIER



Objectifs de la formation

- Prendre conscience de nos habitudes de communication et de l'impact sur la qualité des relations
- Découvrir la CNV



Audience

Equipe métier
Equipe projet



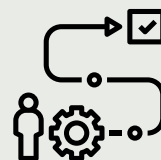
Durée

Entre 2 heures et 1 journée



Programme pédagogique

- Expliquer le rôle des émotions
- Faire le lien entre les émotions et les besoins
- Différencier un besoin et une stratégie
- Expliquer le processus de la CNV
- Identifier les 4 manières d'accueillir un message difficile



Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Théorie avec des partages et discussions autour du thème du stage.
- Pratique avec des expérimentations seule ou en petits groupes à partir de situations fictives ou personnelles.

CONTACT



Coordonnées et réseaux sociaux



Formateur
Olivier
BABANDO



Coordonnées

07 55 66 43 51
info@olivier-babando.com
Toulouse



Données administratives

N° Siret : 83853612600017
N° de formateur : 76311060431
Code NAF : 8559A



Réseaux sociaux

www.olivier-babando.com
www.linkedin.com/in/olivier-babando