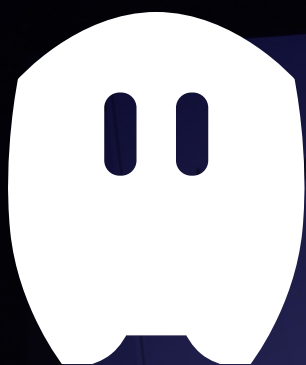


PARCE QUE RIEN NE RÉSISTE À L'ENTRAÎNEMENT !



robotcoachpro

Plateforme e-training

2026

CATALOGUE DES FORMATIONS DIGITALES

L'OUTIL DE LA TRANSFORMATION 



AVIS AUX NOUVEAUX UTILISATEURS DE LA PLATEFORME DIGITALE **ROBOTCOACHPRO.COM**

C'est la première fois que vous vous lancez dans un programme de formation RobotCoachPro ?
NOUS VOUS SOUHAITONS LA BIENVENUE !

Vous trouverez ci-dessous des **informations utiles** pour vous préparer à **ce parcours d'un genre nouveau**. Il s'agit d'une formation-action accompagnée et qui incite à **la mise en œuvre des apprentissages** sur une période de 6 semaines (39 jours) pour permettre un ancrage durable. Le parcours est appuyé par des classes hebdomadaires de 1h30 en visio, ainsi que des contacts à volonté avec un **accompagnant pédagogique dédié**.

Il est important de souligner que si la finalité est a priori la même que dans d'autres modes de formation, **cette méthode conduit à des résultats très différents**.

Entre 3 et 6 mois plus tard, **98% des utilisateurs** affirment que cette formation a permis **une amélioration visible et durable de leur performance individuelle**.

La méthode RobotCoachPro vous propose un entraînement sur 39 jours, à votre rythme, de façon ludique et savamment dosée, afin de vous permettre d'installer durablement de nouvelles aptitudes.

CE QUI VA VOUS PLAIRE

► Ce n'est pas parce qu'on l'appelle « robot-coach » que vous n'êtes pas **en contact permanent avec de vraies personnes**, à l'écoute de vos besoins, de vos aspirations.

► Les programmes sont personnalisés : votre coach personnel est choisi en fonction de votre personnalité, il vous guide pas à pas, et ne manque jamais de répondre à vos questions ! **Vous êtes à distance, c'est vrai, mais pas isolé(e) ni seul(e)**.

► Vous vous formez **à votre rythme** : à peine quelques minutes chaque jour, sans avoir besoin de quitter votre poste de travail.

► Grâce à des exercices concrets, factuels et **pratiqués en situation réelle, décrits et expliqués simplement, le changement est immédiat**. Et parce qu'il est entretenu grâce à un entraînement régulier et sur une période suffisamment longue, il est durable.

► Les exercices ne sont pas fictifs : en modifiant votre façon de faire, les programmes sont 100% opérationnels. Autrement dit, le temps passé sur les exercices n'est pas « perdu », il est **immédiatement mis à profit dans votre travail**.

► Vous savourez vos nouvelles aptitudes tout de suite, dès la première pratique de vos exercices. Il ne reste plus qu'à vous perfectionner !

Enfin, sachez que chaque utilisateur de la plateforme RobotCoachPro dispose à son gré d'un **compte personnel confidentiel**. Ce compte reste accessible de sorte que l'apprenant puisse y accéder pour **prolonger son entraînement pendant 2 ans**.

ABONNEZ-VOUS
SUR NOTRE
CHAÎNE



YouTube





LISTE DES FORMATIONS

Réf : FB102	360 feedback avec débrief/coach.....	04
Réf : CE302	Savoir argumenter et convaincre	05
Réf : CE303	Gestion du temps et des priorités	06
Réf : CE304	Gérer son stress	07
Réf : DP204	Gérer les émotions & les conflits	08
Réf : DP201	Développer des relations constructives	09
Réf : DP205	Maîtrise et affirmation de soi	10
Réf : M402	Renforcer son leadership	11
Réf : DP202	S'imposer sans s'opposer	12
Réf : DP203	Développer son esprit de synthèse	13
Réf : CE301	Adapter son mode de communication	14
Réf : M403	Déléguer et responsabiliser	15
Réf : M401	Manager en transverse	16
Réf : DP207	Conscience de soi et épanouissement professionnel	17
Réf : M405	Soft skills	18
Réf : DP206	Gagner en confiance et en assurance	19
Réf : M407	Manager les conflits au quotidien	20

SUIVEZ NOTRE ACTUALITÉ SUR



360FEEDBACK

UN DIAGNOSTIC QUI PERMET D'APPRÉHENDER LE SAVOIR-FAIRE ET/OU LE SAVOIR-ÊTRE COMORTEMENTAL D'UNE PERSONNE AU TRAVAIL.

Quels que soient notre métier, notre fonction ou notre position dans notre environnement professionnel, être en relation avec d'autres personnes constitue ce à quoi nous consacrons le plus de temps et d'énergie.

Fondé sur les **sciences du comportement** et basé sur l'**analyse de 63 comportements déterminants au travail**, le 360feedback RobotCoachPro vise à recueillir les **informations indispensables** pour installer des relations productives dans l'équipe et avec les managers, afin d'améliorer la **qualité de vie au travail** pour tous les acteurs de l'entreprise.

Pour être pleinement efficace, ce modèle de diagnostic invite à dépasser rapidement le stade de la photographie instantanée et à mettre rapidement en œuvre un plan de développement individuel visant l'**acquisition durable de nouvelles compétences comportementales**.

C'est ce qui explique pourquoi la qualité de nos résultats dépend autant de la qualité de nos relations avec les autres. (*hiérarchiques, pairs, collaborateurs, clients ou fournisseurs, etc...*)

Mais c'est aussi pourquoi il est crucial d'identifier ce qui, dans nos rapports aux autres est **utile et productif** et bien sûr, de repérer ce qui installe les accrocs et freine la capacité de « **travailler ensemble** ».

Au cours de la **séance de débriefing** qui complète l'exercice et accompagne les candidats, le **360feedback RobotCoachPro** offre une **rare opportunité d'identifier leurs points forts** et talents cachés pour renforcer leur engagement.

DES RÉSULTATS PROBANTS :

Il ne reste plus qu'à utiliser les éléments recueillis pour provoquer un véritable changement et mettre en œuvre aussitôt un plan d'action approprié pour conduire à un changement visible au niveau des comportements qui créent l'inconfort, l'incompréhension et surtout, la difficulté de travailler ensemble.

EN RÉSUMÉ : la pertinence et la justesse du diagnostic reposent sur le fait que le **360feedback RobotCoachPro** ne fait appel à aucune forme de jugement ou d'appréciation personnelle lors de la collecte des données. Cette dernière se limite à **rapporter les comportements observés**.

COMORTEMENTS VS PERFORMANCES :

360 FEEDBACK permet de définir, d'analyser et de prioriser les actions correctives à effectuer sur les comportements à partir de trois niveaux de compétences :

- Les compétences à renforcer
- Les compétences à consolider
- Les compétences à développer

LES + DU 360 FEEDBACK ROBOT COACH PRO

- Une méthode qui invite à une observation plutôt qu'à une évaluation
- Un outil incomparable pour identifier les comportements contreproductifs
- Une photo instantanée des difficultés ressenties mais non identifiées
- Une vision claire des axes d'améliorations liés à un besoin particulier
- Un miroir pour identifier les comportements nuisibles à la cohésion d'équipe

REGARDER
LA VIDÉO
360FEEDBACK





SAVOIR ARGUMENTER ET CONVAINCRE

Réf : CE302

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Construire une stratégie d'argumentation performante
- Défendre un point de vue sans entrer dans une polémique
- Promouvoir ses idées auprès de sa hiérarchie, collègues, partenaires ou clients

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les bases d'une communication agissante
- Maîtriser les facteurs de l'argumentation
- Gérer et traiter positivement les objections

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- L'influence fonctionne à double sens
- Asseoir sa crédibilité
- Construire son argumentaire
- Gagner la sympathie
- Remporter l'adhésion en 5 étapes

**LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO**

YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Argumenter, ce n'est pas vouloir démontrer que l'on a raison. C'est être capable de trouver les idées fondées, de les présenter pour susciter l'intérêt de ses interlocuteurs et les faire adhérer.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité de fin de formation



GESTION DU TEMPS ET DES PRIORITÉS

Réf : CE303



FORMATION

Intra et Inter



PRÉREQUIS

Absence de prérequis pour participer à cette formation



PUBLIC CONCERNÉ

Managers - Tous collaborateurs



DURÉE

17h30 sur 39 jours



DATES

À définir



LIEU

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Maîtriser l'impact de son environnement sur son organisation personnelle
- Planifier ses activités en fonction des priorités
- Reconnaître les voleurs de temps pour les gérer

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre sa relation au temps pour mieux le maîtriser
- Gérer son énergie personnelle pour optimiser son efficacité
- Anticiper et gérer les imprévus

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Observer son approche personnelle du temps
- Comment bien gérer ses priorités
- Repérer les voleurs de temps
- Anticiper et gérer les imprévus
- Savoir dire NON au travail

**LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO**


YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Dans cette formation, chacun(e) part de son contexte professionnel et de ses habitudes personnelles et s'entraîne à appliquer les méthodes efficaces et les outils pragmatiques de la gestion du temps adaptés à sa situation.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité
de fin de formation

GÉRER SON STRESS

Réf : CE304



FORMATION

Intra et Inter



PRÉREQUIS

Absence de prérequis pour participer à cette formation



PUBLIC CONCERNÉ

Managers - Tous collaborateurs



DURÉE

17h30 sur 39 jours



DATES

À définir



LIEU

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Repérer les facteurs de stress pour les neutraliser
- Repositionner ses comportements sous stress
- Gérer ses émotions en situation de stress

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier ses propres facteurs de stress
- Développer son assertivité et son estime de soi
- Répondre à ses besoins pour diminuer le stress

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Découvrir les déclencheurs du stress
- Ne pas prendre les choses personnellement
- Identifier ses attentes pour les exprimer
- Déjouer la principale cause du stress
- Savoir mettre l'enjeu de côté

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO



YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Comprendre et repositionner ses comportements sous stress permet de contrôler ses réactions et de prendre de bonnes décisions, de faire progresser ses résultats tout en améliorant sa qualité de vie au travail.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité
de fin de formation



GÉRER LES ÉMOTIONS ET LES CONFLITS

Réf : DP204



FORMATION

Intra et Inter



PRÉREQUIS

Absence de prérequis pour participer à cette formation



PUBLIC CONCERNÉ

Managers - Tous collaborateurs



DURÉE

17h30 sur 39 jours



DATES

À définir



LIEU

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Résoudre des situations conflictuelles simples
- Respecter l'autre et son émotion
- Faire face aux émotions désagréables

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

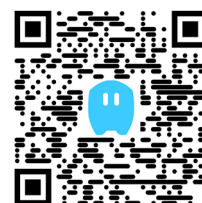
- Développer efficacement son équilibre émotionnel
- Apprendre à canaliser les émotions des autres
- Savoir diminuer sa frustration

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Le comportement n'est pas la personne...
- La naissance du conflit
- Désamorcer la frustration
- Résoudre un conflit
- Chercher et trouver le compromis

 LES EXERCICES
 ROBOTCOACHPRO


Youtube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Cette formation fournit les outils, méthodes et moyens pour rester pleinement efficace lors de situations chargées émotionnellement, les situations tendues et/ou conflictuelles.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité
de fin de formation



DÉVELOPPER DES RELATIONS CONSTRUCTIVES

Réf : DP201

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Désamorcer les frustrations qui mènent au conflit
- Rester dans une bonne distance pour garder son calme
- Résoudre les conflits et gérer les tensions

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Prendre en compte les émotions dans la relation professionnelle
- Apprendre à canaliser les émotions des autres
- Savoir exprimer et recevoir une critique

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Identifie tes propres sources d'irritation
- Observe sans porter de jugement
- Prends du recul pour éviter les tensions
- Affirme-toi sans t'opposer
- Augmente ton influence

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO

YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Il est impératif de mieux se connaître pour mieux communiquer, d'améliorer ses propres points faibles et de prendre conscience qu'il est indispensable d'adopter une attitude résolument coopérative.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité
de fin de formation



MAITRISE ET AFFIRMATION DE SOI

Réf : DP205

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Repérer les comportements inadéquats et résister aux incivilités
- Exprimer ses ressentis sans agressivité ni soumission
- Savoir dire non face à une demande indue

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

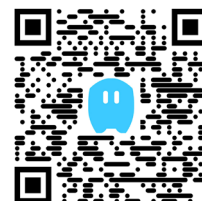
- Réagir aux comportements passifs, agressifs ou manipulateurs
- Répondre de façon assertive, s'exprimer avec diplomatie
- Mobiliser ses ressources dans une situation stressante

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Chasser l'inquiétude
- Recevoir une critique sans perdre ses moyens
- Faire grandir sa confiance relationnelle
- S'affirmer sereinement et sans provocation
- S'expliquer sans se justifier

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO

YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Les émotions sont des écrans opaques qui atténuent notre capacité d'utiliser notre libre arbitre. S'affirmer consiste à écouter, à s'exprimer et à défendre ses positions sans empiéter sur celles des autres.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité
de fin de formation



RENFORCER SON LEADERSHIP

Réf : M402

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Rebondir sur les objections pour faire adhérer
- Utiliser les déclencheurs de la persuasion
- Développer son influence grâce aux monnaies d'échange

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Développer sa propre force de conviction pour faire adhérer à l'objectif
- Connaître les leviers de motivation individuels et communs
- Construire sa vision et savoir la partager

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Asseoir sa crédibilité pour installer la confiance
- Jager la réceptivité de ses interlocuteurs
- Appuyer sa stratégie sur un argumentaire solide
- Surmonter les objections pour les mettre à profit
- Utiliser les déclencheurs de persuasion

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO

YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

L'art de la persuasion est aussi l'art de l'attention : encore faut-il être capable de capter la curiosité, l'intérêt et la confiance des membres de son équipe avant d'envisager de les influencer.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation « à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité de fin de formation



S'IMPOSER SANS S'OPPOSER

Réf : DP202

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- S'affirmer dans le calme et sans provocation
- S'appuyer essentiellement sur des éléments factuels
- Parer l'objection en utilisant les questions et la reformulation

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Sortir du rapport de force
- Savoir concéder pour atteindre le compromis
- Ne pas décider à la place de l'autre

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Pratiquer l'influence réciproque
- S'affirmer sans provocation
- Trouver et utiliser la bonne approche
- Tenir sa position en souplesse
- Viser le compromis

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO

YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

C'est tout un art qui fait appel à la capacité de rester ferme sur son objectif, mais souple quant aux moyens de l'atteindre. Il s'agit donc de montrer une attitude volontaire et optimiste tout en s'adaptant à la situation.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis
par un quiz d'entrée et de sortie
réalisé sur la plateforme
(résultat exprimé en pourcentage)
et qui permet de mesurer la
progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité
de fin de formation



DÉVELOPPER SON ESPRIT DE SYNTHÈSE

Réf : DP203

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Rédiger ou exprimer sa synthèse de façon convaincante
- Retransmettre des informations utiles
- Faire des recommandations pour faciliter la prise de décision

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les bases de la synthèse
- Savoir distinguer les faits, les opinions et les sentiments
- Identifier rapidement l'information utile

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Découvrir les bases de la synthèse
- Recueillir et sélectionner l'information
- Prendre des notes au fur et à mesure
- Hiérarchiser l'information
- Rendre une synthèse convaincante

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO

YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Identifier rapidement ce qui compte dans une présentation, comprendre le sens d'une communication ou simplement retransmettre les points abordés dans une réunion procède d'une organisation particulière de la pensée. Une méthode simple et efficace pour installer un esprit de synthèse.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité
de fin de formation



ADAPTER SON MODE DE COMMUNICATION

Réf : CE301



FORMATION

Intra et Inter



PRÉREQUIS

Absence de prérequis pour participer à cette formation



PUBLIC CONCERNÉ

Managers - Tous collaborateurs



DURÉE

17h30 sur 39 jours



DATES

À définir



LIEU

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- S'adapter aux comportements de ses interlocuteurs
- Adopter les bons comportements dans chaque situation
- S'intégrer activement dans les discussions de groupe

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Repérer les situations de communication les plus fréquentes
- Identifier ses propres empêchements de bien communiquer
- Renforcer les aptitudes de coopération

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Identifier son propre style de communication
- Pratiquer l'écoute active
- Demander de l'aide et obtenir du feedback
- S'affirmer sans s'opposer
- Développer son sens de la répartie

**LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO**


YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

À compétences égales, ce qui fait la différence, c'est la capacité de savoir adapter son mode de communication dans toutes les situations : avec ses collègues, sa hiérarchie, face à un comité de direction, à un groupe interdisciplinaire ou avec ses clients.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité de fin de formation



DÉLÉGUER ET RESPONSABILISER

Réf : M403

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Cartographier son équipe pour déléguer à la bonne personne
- Utiliser la délégation comme un outil de développement des collaborateurs
- Mettre en place des indicateurs de suivi pour accompagner le délégataire

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Présenter, expliquer et suivre la responsabilité confiée
- Savoir conduire un entretien de délégation
- Respecter les étapes d'une délégation réussie

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Cartographier son équipe
- Que peut-on déléguer ?
- Transmettre une responsabilité
- Suivre et accompagner son délégataire
- À chacun son style

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO

YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Déléguer ne consiste pas seulement à confier une tâche à quelqu'un : c'est avant tout confier une responsabilité à une personne à qui on reconnaît la capacité de l'assumer. Déléguer relève d'une approche à la fois structurante et respectueuse.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité
de fin de formation



MANAGER TRANSVERSE

Réf : M401

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Mobiliser les collaborateurs autour d'un objectif commun
- Mobiliser les contributeurs et leurs hiérarchiques
- Partager sa vision pour donner du sens

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Construire sa légitimité en dehors de l'expertise technique
- Définir le contenu des actions à mener
- Asseoir sa légitimité en tant que Manager non-hiérarchique

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Le pouvoir du Manager Transverse et ses limites
- L'influence doit fonctionner à double sens
- Mobiliser les ressources
- Le recadrage... un outil puissant
- Maîtriser le Feedback

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO

LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Sans pouvoir hiérarchique, comment porter la responsabilité d'enjeux forts ? Comment faire coopérer les contributeurs ? Quelles stratégies adopter ? Quel Leadership déployer ? Sur qui le Manager Transverse peut-il s'appuyer pour atteindre les objectifs de sa mission ?

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation « à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité de fin de formation



CONSCIENCE DE SOI ET ÉPANOUISSEMENT PROFESSIONNEL

Réf : DP207

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Assumer ses choix et agir en accord avec soi
- S'exprimer librement sans crainte et sans agressivité
- Développer une position juste par rapport aux autres

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Renforcer son sentiment de sécurité intérieure
- Rester en accord avec ses valeurs et motivations profondes
- Développer l'estime de soi dans ses relations professionnelles

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Faire le point sur son style relationnel
- S'affirmer, oser exprimer ses ressentis
- Prendre de la distance face à la critique
- Déjouer le piège des explications
- S'accepter pleinement

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO
YouTube

LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

S'épanouir est un besoin fondamental. Mais c'est aussi un choix, une volonté, une démarche, un réel engagement envers soi-même. Il s'agit de vivre l'instant en conscience et de s'écouter. C'est aussi savoir gérer son stress, ses angoisses, ses appréhensions, ses peurs et les critiques des autres.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité
de fin de formation



SOFT SKILLS

Réf : M405

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Ajuster son comportement verbal et non-verbal
- Maintenir une communication harmonieuse et efficace
- Donner et recevoir des feedbacks constructifs et motivants

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Améliorer l'efficacité de son relationnel
- S'affirmer et développer sa confiance en soi
- Anticiper, prévenir et adapter ses réactions

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Maîtriser l'écoute active
- Prendre du recul pour garder son calme
- Développer son empathie
- Repérer les préjugés pour les surmonter
- Accueillir la mixité pour instaurer l'inclusion

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO

YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Savoir s'adapter au changement et à l'évolution permanente du contexte est une compétence essentielle. Le terme de « soft skills » désigne les compétences comportementales indispensables mais qui sont souvent mises de côté dans les entreprises au profit des « Hard skills » qui sont les compétences dites techniques.

MODE SYNCHRON : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRON : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation « à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité de fin de formation



GAGNER EN CONFIANCE ET EN ASSURANCE

Réf : DP206

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Résister à l'emprise des personnes influentes
- Affirmer son point de vue sans provoquer de polémique
- Faire face aux comportements agressants et/ou manipulateurs

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Gérer les critiques sans crispation
- Exprimer ses ressentis sans agressivité ni soumission
- Affirmer son point de vue avec assurance et diplomatie

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Travailler sa confiance en soi
- Ne retenir que l'aspect « utile » d'une critique
- Se sentir à l'aise parmi les autres
- Contrôler sa communication
- Ne pas donner le bâton pour se faire battre

**LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO**

YouTube



LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

De quoi avons-nous peur, parfois ? de nous imposer, de parler en public, de rencontrer de nouveaux défis, d'affronter des personnes autoritaires, de défendre nos idées ? La confiance en soi et l'assurance personnelle sont deux aspects qui sont nécessaires dans la plupart des situations qui se présentent à nous, au travail comme ailleurs.

MODE SYNCHRON : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRON : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation
« à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité
de fin de formation



MANAGER LES CONFLITS AU QUOTIDIEN

Réf : M407

**FORMATION**

Intra et Inter

**PRÉREQUIS**

Absence de prérequis pour participer à cette formation

**PUBLIC CONCERNÉ**

Managers - Tous collaborateurs

**DURÉE**

17h30 sur 39 jours

**DATES**

À définir

**LIEU**

Formation en distanciel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS COMPÉTENCES VISÉES

- Désamorcer les frustrations qui mènent au conflit
- Résoudre les conflits et gérer les tensions dans l'équipe
- Mettre en place un processus de régulation

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Prendre en compte les émotions dans les relations interpersonnelles
- Savoir identifier ses propres émotions et celles des autres
- Contrôler ses propres émotions et inciter ses collaborateurs à faire de même

THÉMATIQUE DES 5 EXERCICES

- Le comportement n'est pas la personne
- Observer la naissance du conflit
- Identifier le déclencheur du conflit
- Utiliser la boussole du langage
- Favoriser la recherche d'un compromis

LES EXERCICES
ROBOTCOACHPRO

LE + DIGITAL : Un concept de pédagogie active : la Pédagogie Active fait partie des méthodes qui relèvent de ce que l'on nomme « l'apprentissage expérientiel », autrement dit « apprendre en faisant ».

CONTENU

Les conflits font indéniablement partie intégrante de la vie au travail. Les situations potentiellement conflictuelles auxquelles sont confrontées les personnes sont nombreuses. Laisser la situation se dégrader provoque une perte d'efficacité dans son équipe. Il est donc important de faire face à ces situations en prenant soin de préserver la relation.

MODE SYNCHRONE : 5 classes virtuelles de 1h30 chacune, soit 07h30

MODE ASYNCHRONE : Intégration des 5 exercices, conseils prodigués via la plateforme et mise en pratique au quotidien. (temps estimé : 10h00)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Le **mode synchrone** : modalités d'échange avec les participants et l'intervenant via des classes virtuelles en visio-conférence et en temps réel.
- Le **mode asynchrone** : contenu de formation e-training (auto-formation) et exercices sur la plateforme digitale à pratiquer dans son quotidien.
- Le participant reçoit un mail qui lui permettra d'accéder à son espace dédié.

Pour en savoir plus : www.hcd-institute.fr

ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation des acquis par un quiz d'entrée et de sortie réalisé sur la plateforme (résultat exprimé en pourcentage) et qui permet de mesurer la progression des compétences.



Évaluation « à chaud » et « à froid »



Attestation d'assiduité de fin de formation



POUR CHANGER UNE HABITUDE, MODIFIEZ SON CONTEXTE !

Quel que soit l'objectif de votre formation, vous devrez adopter de nouveaux comportements et installer de nouveaux réflexes pour l'atteindre. Dans le but de vous y aider, **RobotCoachPro** vous encourage à utiliser une stratégie éprouvée pour vous aider à modifier vos anciennes habitudes : **le changement de contexte**.

En effet, vos réflexes actuels sont installés dans un contexte qui est, lui aussi, routinier. **Or changer un comportement devient beaucoup plus abordable quand on modifie également son contexte.**

PAR EXEMPLE

Votre programme de formation vous propose de prendre un court moment pour visualiser votre journée avant de vous lancer dans la lecture de vos mails dès votre arrivée au bureau. Changez l'organisation de votre bureau en déplaçant les éléments qui s'y trouvent (par exemple, inversez la place du PC, de vos dossiers). Ou encore, changez carrément son orientation, vous serez désorienté vous-même les premiers jours et cela facilitera votre changement de routine.

DE MANIÈRE GÉNÉRALE

Observez les situations dans lesquelles vous souhaitez modifier un comportement et remplacer vos habitudes. En changeant soit les modalités, les circonstances, les emplacements et/ou les façons de procéder, il vous sera beaucoup plus facile d'y installer de nouveaux réflexes, de nouvelles façons de faire.

C'EST TOUJOURS LE MÊME PRINCIPE

D'abord le contexte puis l'action ! Plutôt que d'attendre simplement la motivation pour changer votre façon de faire, associez un moment de la journée, un endroit ou une approche à la nouvelle action que vous envisagez.

RÉSULTAT

En utilisant cette technique qui allie changements minimes dans votre organisation et pratique délibérée des nouvelles aptitudes, jour après jour, semaine après semaine, ces dernières s'intégreront comme une routine durable et habituelle.

Tout au long de votre parcours, votre Robot-Coach personnel vous aidera à trouver les idées dont vous pourriez avoir besoin pour modifier un contexte. Comptez sur lui !



TARIFS 2026 - INTER (pour 1 personne)

NOMBRE D'HEURES DE LA FORMATION	NOMBRE DE CLASSES VIRTUELLES	TARIF PLATEFORME	TARIF CLASSES VIRTUELLES	MONTANT TOTAL HT
Toutes les thématiques 17h30	5	220,00 €	775,00 €	995,00 €

TARIFS 2026 - INTRA (pour un groupe de 6 pers maximum)

NOMBRE D'HEURES DE LA FORMATION	NOMBRE DE CLASSES VIRTUELLES	TARIF PLATEFORME	TARIF CLASSES VIRTUELLES	MONTANT TOTAL HT
Toutes les thématiques 17h30	5	1 320,00 €	1 980,00 €	3 300,00 €

360FEEDBACK	DURÉE ESTIMÉE DU TEST 360 FEEDBACK	TARIF DU TEST	TARIF DU DEBRIEFING	MONTANT TOTAL HT
Durée : analyse du test + débrief 1h30	45mn	150,00 €	400,00 €	550,00 €

ABONNEZ-VOUS
SUR NOTRE
CHAÎNE



SUIVEZ NOTRE ACTUALITÉ SUR



INFORMATIONS UTILES

Vous souhaitez prendre contact pour organiser une session de formation avec notre organisme, vous pouvez nous joindre du lundi au vendredi : Accueil standard : 01 80 85 91 85 - Horaires : 08h30 à 19h00

DIRECTRICE FORMATION/ FORMATRICE

Béatrice SCHNEIDER : 06 22 06 76 09

RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE / FORMATEUR

Jean-Claude GRÜNLER : 06 10 60 55 00



« LA FONCTION - QUESTION À MON COACH - M'A VRAIMENT RENDU SERVICE : LES RÉPONSES SONT GÉNIALES, MERCI BEAUCOUP !! JE N'AI JAMAIS EU DE RÉPONSES AUSSI CLAIRES QUI ME PARLENT AUTANT » **Sarah B.**

« MERCI POUR VOS FORMIDABLES FORMATIONS ET ANIMATEURS. » **David B.**

« CETTE FORMATION PRÉSENTE L'AVANTAGE D'ÊTRE RÉELLEMENT PROFITABLE ET IMMÉDIATEMENT APPLICABLE AVEC UN SUIVI CONSTANT SUR 6 SEMAINES. JE TIENS À VOUS EXPRIMER MA SATISFACTION CONCERNANT CETTE FORMATION. MERCI HCD INSTITUTE » **Thierry M.**

« LES RAPPELS QUOTIDIENS PERMETTENT D'ANCER ET D'INTÉGRER LES PRATIQUES UTILES À METTRE EN PLACE. LES ÉCHANGES AVEC LE FORMATEUR ET LES APPRENANTS PERMETTENT DE RENFORCER LES ACQUIS. FORMATION TRÈS POSITIVE, AIDANTE ET PERTINENTE » **Laëtitia D.**

« STRUCTURE DE FORMATION SIMPLE BASÉE SUR 5 POINTS CLÉS DU LEADERSHIP ET DONC 5 NOUVELLES APTITUDES À INTÉGRER QUI SONT REPRISES ET APPROFONDIES CHAQUE SEMAINE. FORMATION AGRÉABLEMENT SURPRENANTE CAR BIEN STRUCTURÉE ET BIEN CILÉE. CELA M'A DONNÉ ENVIE DE M'INVESTIR. » **Franck M.**

« MERCI POUR VOTRE ACCOMPAGNEMENT DANS CETTE FORMATION. VOUS M'AVEZ AIDÉ À AJUSTER CERTAINES DE MES POSTURES TOUT EN CONSERVANT ET AMÉLIORANT L'EFFICACITÉ DU RÉSULTAT DE CES POSTURES. » **Cyprien P.**

« LES EXERCICES DE MISE EN PRATIQUE EN SITUATION RÉELLE À METTRE EN ŒUVRE DANS LE QUOTIDIEN EST CERTAINEMENT UN DES ÉLÉMENTS FORTS DE CETTE FORMATION CAR ILS PERMETTENT DE PROGRESSER RÉELLEMENT. » **Mathieu V.**

« JE NE PENSais PAS VALIDER UNE FORMATION À DISTANCE. ET POURTANT, ELLE M'A PERMIS DE PROGRESSER EN PRATIQUANT LES NOUVELLES APTITUDES AU QUOTIDIEN. MERCI » **Stéphanie W.**

« EN QUELQUES MOTS, JE DIRAIS QUE CETTE FORMATION A ÉTÉ TRÈS ENRICHISANTE ET M'EST BÉNÉFIQUE AU QUOTIDIEN. D'AILLEURS, JE NE MANQUE PAS DE LA RECOMMANDER À MES COLLÈGUES » **Sandrine F.**

« LES ÉLÉMENTS LES PLUS INTÉRESSANTS POUR MOI ? LA MÉTHODOLOGIE, LES CONSEILS, ET L'EXCELLENT INTERVENANT. EXCELLENTE FORMATION, BRAVO ! » **Hervé H.**

« BRAVO POUR LE PANACHAGE ENTRE FORMATION ET APPLICATION AU QUOTIDIEN... DONC L'ÉTALEMENT DE LA FORMATION EN PERMETTANT LA MISE EN PRATIQUE. L'ACCÈS AU COACH, LES CONSEILS ET STIMULATIONS QUOTIDIENS. UN SOUFFLE DE FRAÎCHEUR ET D'OPTIMISME. » **Jean B.**

CHARTRE QUALITÉ

NOTRE ENGAGEMENT QUALITÉ

Nos programmes de formation sont établis dans le respect des mentions obligatoires de l'article L6353-1 du code du Travail. Notre objectif étant de satisfaire aux besoins et attentes du stagiaire aussi bien qu'aux impératifs de fonctionnement de l'entreprise, la qualité des conditions d'apprentissage (disponibilité physique et psychologique des formés) figure au premier rang de nos priorités.

PROCÉDURES D'ADMISSION

Les personnes inscrites sur la liste jointe au bon de commande sont automatiquement admises. La mise en œuvre de ces formations individuelles et/ou collectives ne nécessite ni logistique, ni déplacement, ni interruption du temps de travail ou de la production des participants.

PROCÉDURES D'ÉVALUATION DES ACQUIS

Au cours de l'action de formation, les apprenants sont régulièrement invités à évaluer leurs acquis. Cette approche permet à chacun d'apprécier sa propre progression vers son objectif personnel. En outre, chaque participant a la possibilité de choisir deux observateurs pour observer sa progression tout au long de son parcours de formation.

ACCESSIBILITÉ & PRISE EN COMPTE DES SITUATIONS DE HANDICAP

En fonction des demandes spécifiques, nous mettons tout en œuvre pour permettre aux personnes en situation de handicap de profiter pleinement des apprentissages proposés. Notre référent handicap est Madame Béatrice Schneider que vous pouvez joindre par mail : b.schneider@hcd-institute.com ou par téléphone : 06 22 06 76 09

Accédez directement à plus d'infos pratiques sur www.hcd-institute.fr/infos-pratiques/



robotcoachpro

Plateforme e-training

$$\frac{5}{9} + \frac{1}{6} = \frac{10}{18} + \frac{3}{18} = \frac{13}{18}$$



SUIVEZ NOTRE ACTUALITÉ SUR



IDCP SAS au capital de 151 142 € / Immatriculée au RCS Nice sous le N°B530 760 735 00015

Siège social : 10, Rue Blacas - 06000 Nice - 530760 735 RCS Nice - NDA 93 06 06966 09 - APE 8559A - TVA FR 57 530 760 735

www.hcd-institute.fr - contact@hcd-institute.com