

PRINCIPALES FORMATIONS ANIMÉES PAR EDITH NYFFELS

Communication & Management

Edith Nyffels / ENSA edith.nyffels@gmail.com

Les programmes suivants vous sont présentés sur 2 jours, ce qui est demandé le plus fréquemment.

Selon les besoins des Entreprises, des Institutions et des Commerçants et également les besoins spécifiques des collaborateurs, ces programmes peuvent être adaptés sur 1 jour, 3 jours, 4 jours et au-delà si nécessaire.

Des formations de 3 jours et 4 jours sont proposés pour des programmes longs en Management, Cohésion d'Equipe ou encore pour l'apprentissage du concept de l'Ennéagramme. Concernant ces domaines, il sera proposé aux clients des formats sur mesure selon leurs besoins spécifiques.

Des ateliers d'une demi-journée sont également mis en place car de plus en plus demandés par l'Entreprise.

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• Améliorer la communication dans votre entreprise grâce à l'Ennéagramme (2 jours) :

Objectifs de la formation :

- Comprendre et utiliser la bonne manière de communiquer avec les différents types de personnalité de l'Ennéagramme,
- Connaître ses modes comportementaux ainsi que ceux de ses interlocuteurs, s'y adapter pour favoriser des échanges interpersonnels constructifs.
- S'appuyer sur l'Ennéagramme pour mieux communiquer avec son équipe : Mettre en valeur les compétences de chacun par une compréhension des Profils de Personnalité des collaborateurs et leur complémentarité

Public concerné :

Toute personne désireuse d'améliorer sa communication et la qualité de ses relations au sein de son Entreprise

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée :2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos.
Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• Dénouer les situations difficiles ou bloquées

Objectifs de la formation :

- Comprendre et utiliser la bonne manière de communiquer avec les différents types de personnalité,
- Connaître ses modes comportementaux ainsi que ceux de ses interlocuteurs, s'y adapter pour favoriser des échanges interpersonnels constructifs,
- S'appuyer sur des situations ou des publics difficiles pour en faire une force,
- Maîtriser ses émotions et celles de ses interlocuteurs.

Public concerné :

Toute personne désireuse d'améliorer sa manière de communiquer et de détecter les situations dites difficiles au sein de son Entreprise

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée :2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos à décoder ensemble.
Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• Du stress à l'efficacité

Objectifs :

Se dégager du stress inutile et convertir le stress inévitable en moteur de son efficacité
Analyser et prendre du recul sur son propre comportement en situation de stress
Expérimenter et s'approprier des outils de gestion du stress

Public concerné :

Toute personne souhaitant mieux maîtriser son stress.

Pré-requis :

Les participants sont invités à préparer au moins 2 situations génératrices de stress auxquelles ils sont confrontés : une situation contextuelle, une situation relationnelle avec un hiérarchique, avec un client etc. Ils préciseront le contexte, les acteurs, les résultats obtenus, les difficultés rencontrées.

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos.
Nombreux exercices de respiration et de relaxation.
Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

● Gestion du stress et des conflits

Objectifs de la formation :

Comprendre les mécanismes du stress et identifier ses sources de tensions
Acquérir des techniques et réflexes durables pour réguler le stress
Comprendre le mécanisme d'un conflit pour mieux y faire face.
Savoir agir vite : Plus un conflit est traité rapidement, plus il est simple à gérer !

Public concerné :

Toute personne qui souhaite prévenir et gérer conflits et tensions dans le travail

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos.
Nombreux exercices de respiration et de relaxation.
Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• Gérer les clients difficiles et les incivilités

Objectifs de la formation :

Comprendre le mécanisme de l'agressivité pour mieux y faire face et apprendre à gérer les clients difficiles.

Savoir agir vite : Plus un conflit est traité rapidement, plus il est simple à gérer !

Maîtriser ses émotions et ses réactions, afin de rester serein, attentif et ferme face aux comportements agressifs et aux incivilités.

Public concerné :

Tout acteur commercial en contact direct, physique et/ou téléphonique, avec les clients professionnels ou particuliers.

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.

Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos.

Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• **Gestion efficace des priorités :**

Objectifs de la formation :

Prendre du recul par rapport à notre organisation personnelle et professionnelle
Privilégier les tâches essentielles de sa fonction
Accepter le rôle de l'émotion dans sa Gestion du Temps, apprendre à tirer profit de son stress et à résister à la pression

Public concerné :

Toute personne souhaitant gagner du temps en améliorant sa gestion du temps personnelle et collective.

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos.
Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• Gestion des émotions dans un contexte professionnel

Objectifs :

Connaître ses propres « signaux d'alerte » pour mieux les accepter
Tirer parti de ses émotions pour être plus efficace
Développer sa confiance en soi pour agir
Apprendre à canaliser les émotions des autres

Public concerné :

Toute personne confrontée à des problématiques concrètes d'affirmation au sein d'un groupe et souhaitant mieux maîtriser ses émotions en milieu professionnel.

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos.
Nombreux exercices de respiration et de relaxation.
Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• **Communication, affirmation de Soi, Prise de Parole :**

Objectifs de la formation :

Comprendre l'importance d'une communication réussie

Diagnostiquer ses points forts et ceux qui sont à développer en matière de communication

S'adapter aux différents interlocuteurs pour mieux communiquer dans la vie professionnelle

S'affirmer en toute situation, gagner en impact et prendre plaisir à s'exprimer en public

Public concerné :

Toute personne qui doit communiquer régulièrement ou occasionnellement à l'oral.

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.

Application immédiate des techniques exposées.

Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos.

Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• **Open-space : Découvrez les secrets pour rester zen et efficace**

Objectifs de la formation :

Se protéger des perturbations extérieures pour rester concentré(e)
Se constituer une bulle tout en restant ouvert et disponible
S'approprier son espace de travail pour se sentir bien

Public concerné :

Toute personne amenée à travailler en open-space

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos.
Nombreux exercices de respiration et de relaxation.
Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• **Stress, équilibre et bien-être au travail : Mobiliser son énergie au quotidien**

Objectifs de la formation :

Identifier ce qui vous ressource pour recréer de l'énergie
Manager son point d'équilibre entre stress et confort
Installer sa performance dans la durée

Public concerné :

Toute personne souhaitant apprendre à réduire son stress grâce à des techniques de la Pleine Conscience, de respiration, de relaxation, ou tout simplement améliorer son bien-être physique et/ou psychologique et améliorer sa santé

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos.
Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• **Management et Leadership : l'Intelligence Emotionnelle pour mieux manager**

Objectifs de la formation :

Améliorer son management pour mener à bien son projet
Adapter sa communication émotionnelle dans les périodes difficiles
Transformer les freins émotionnels en facteurs de réussite

Public concerné :

Tout manager souhaitant développer son aisance managériale et développer sa communication avec la maîtrise de tous les aspects de la fonction, des rituels managériaux à la gestion des conflits.

Pré-requis :

Etre manager en fonction

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos à décoder.
Tests personnels remis au stagiaire. Un suivi individuel par un référent unique.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• Re-créer la Cohésion de son Equipe : l'Intelligence Emotionnelle au service du Manager et de son Equipe

Objectifs de la formation :

Améliorer son Management pour mener à bien son Entreprise et son Equipe
Savoir utiliser ses émotions et celles de ses collaborateurs pour re-créer la cohésion de son Equipe
Aider le Manager et son Equipe à adapter sa communication émotionnelle dans les périodes difficiles
Transformer les freins émotionnels en facteurs de réussite

Public concerné :

Tout manager souhaitant développer sa communication avec son Equipe, de la simple consigne à la gestion des conflits.

Pré-requis :

Etre manager en fonction

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos à décoder.
Tests personnels remis au stagiaire. Un suivi individuel par un r f rent unique.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

● Réussir son tutorat

Objectifs de la formation :

Mieux comprendre sa mission de tuteur
Mieux vivre son tutorat
Proposer une méthode et un suivi pédagogique
Exercice d'intégration et d'accueil « Ce que j'aime bien chez toi ... »

Public concerné :

Toute personne ayant à encadrer ou à former des apprenants dans le cadre de contrats de professionnalisation, d'apprentissage : Tuteur opérationnel ou coordinateur, responsable Formation ou maître d'apprentissage

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos à décoder.
Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

• Vie Privée / Vie Professionnelle

Objectifs de la formation :

Prendre un peu de recul par rapport au quotidien.
Réflexion sur notre rapport au travail et à la vie privée
Reconsidérer et relativiser nos postures dramatisantes
Faire la part des choses : S'approprier quelques outils pour se recentrer sur ses véritables priorités

Public concerné :

Toute personne désirant trouver un équilibre entre vie perso et vie pro

Pré-requis :

Pour suivre cette formation, aucun pré-requis n'est nécessaire.

Durée : 2 jours

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications.
Nombreux exemples illustrés et interactifs. Vidéos à décoder.
Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.

Le programme détaillé vous sera fourni sur demande

Programme ENSA Edith Nyffels Savoir Agir

Edith Nyffels 7, Avenue de la Libération – Appt. 36 – 60200 Compiègne
Identifiant SIRET 528 395 155 00013 – Code APE 7022Z - Agrément formation : 22 60 02757 60
Tél. : (33)3 44 86 18 36 – (33)6 99 17 65 83 – mailto : e.nyffels@free.fr

Pour l'ensemble de ces formations :

Les plus pédagogiques :

Animatrice :

Edith Nyffels, consultante spécialisée et coach, a accompagné et encadré de nombreux collaborateurs, afin d'optimiser leur performance. Somatothérapeute certifiée elle est, à ce titre, spécialiste de la gestion des émotions et du stress. Formatrice en Ennéagramme, spécialiste des Profils de Personnalité.

Méthode pédagogique :

Road book illustré. Alternance d'apports théoriques et d'applications. Vidéos à décrypter pour mieux comprendre les scénarios de vie.

Nombreux exemples illustrés et interactifs.

Nombreux exercices de respiration, relaxation que le stagiaire pourra utiliser individuellement dans la vie de tous les jours

Tests personnels remis au stagiaire.

Evaluation de la formation :

Attestation de formation individuelle.