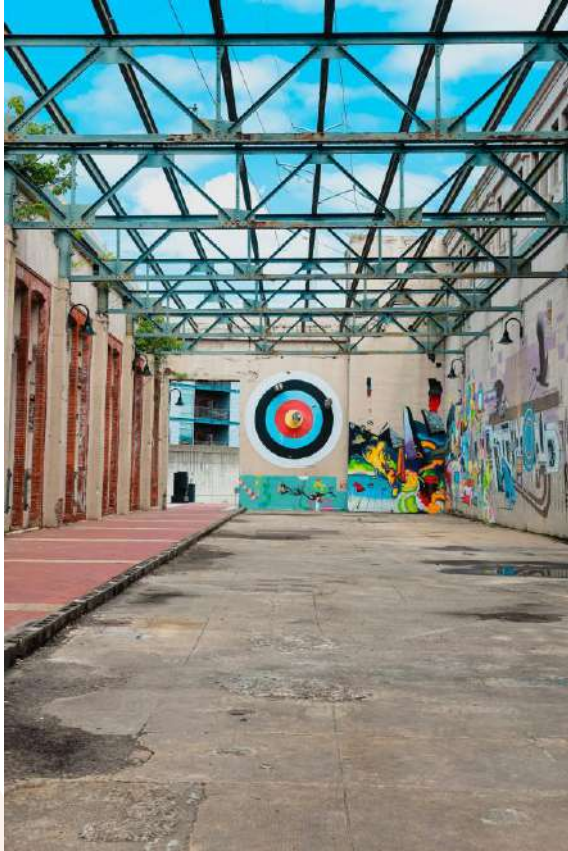


Ateliers thématiques

Form'action – Analyse de la pratique

Perform & Sens

2026 - 2027



La proposition de valeur

Concevoir & animer des parcours internes d'accompagnement et de formation en Intra à destination des managers, chefs de projet et collaborateurs pour leur permettre :

- La maîtrise des outils
- L'intégration de la posture
- L'uniformisation de la culture
- Le ressourcement et l'alliance entre pairs

La bibliothèque des thèmes

5 familles thématiques déclinées en ateliers indépendants :

- Connaissance de soi & des autres
- Communication efficace
- Management d'équipe
- Nouvelles postures managériales
- Qualité de vie au travail

Le choix des ateliers, c'est une affaire de confiance !

- Vous faites confiance à nos équipes pour vous proposer un **parcours type**.
- Perform & Sens vous propose un **parcours sur-mesure** à partir des besoins que vous avez identifiés pour votre entreprise.



Les dispositifs

- Atelier de 3h à 3h30 par thème choisi - 6 à 8 participants
- **2 dispositifs d'animation :**
 - **Form'action : apports-clés sur le thème & exercices applicatifs** → conseillé pour un public qui souhaite acquérir ou pratiquer des outils.
 - **Analyse de la pratique & focus méthodologique** sur un aspect ou outil spécifique lié à la thématique → en particulier pour des participants déjà formés souhaitant prendre du recul sur leur pratique et se perfectionner.
- Des dispositifs conduisant à l'élaboration d'un **plan de développement personnel**.
- Conduite du projet d'apprentissage par un formateur référent & animation d'un même parcours par un ou plusieurs intervenants
- Interventions possibles en français ou en anglais





La vision



Le fil rouge de l'animation des ateliers :

- **L'expérientiel**

Un meilleur ancrage par l'action et l'expérience & une évolution durable des pratiques, des comportements ou des compétences professionnelles.

- **La mobilisation d'émotions positives**

Un levier d'apprentissage qui favorise l'attention, la mémorisation, la motivation, la coopération et la capacité à aborder des sujets complexes de manière constructive.

Sur des thèmes difficiles, transformation d'une expérience potentiellement anxiogène en une expérience d'apprentissage mobilisatrice et porteuse de changement.



Thématique :

Connaissance de soi & des autres

3 ateliers

- Bien se connaître et connaître les autres avec le MBTI®
- Bien se connaître et connaître les autres avec le DISC®
- Développer son intelligence émotionnelle et gérer son stress

Être manager, chef de projet ou travailler en équipe, c'est d'abord se connaître pour identifier ses forces et ses points de vigilance ; c'est aussi comprendre les autres dans leur diversité et complémentarité pour pratiquer un management individualisé et mieux coopérer.



Thématique: Communication efficace

5 ateliers

- Communiquer efficacement au quotidien pour installer une relation durable
- Pratiquer l'assertivité et la communication non violente pour gérer les difficultés et les conflits
- Développer son intelligence relationnelle
- Repérer et déjouer les jeux psychologiques et gérer les personnalités difficiles
- Savoir mener un entretien annuel

La communication efficace commence par la qualité du lien, de la relation. Elle s'appuie sur des outils propres à réguler les différentes situations du management et de coopération.



Thématique:

Management d'équipe

5 ateliers

- Poser un cadre clair et sécurisant, construire confiance et responsabilisation autour d'une charte d'équipe
- Accompagner ses collaborateurs avec le management situationnel
- Motiver ses collaborateurs en identifiant les bons leviers
- Organiser l'activité de l'équipe autour de rituels & routines
- Piloter les résultats de l'équipe par les KPIs

Manager une équipe, animer une équipe projet, c'est à la fois accompagner les hommes et femmes qui y participent, et piloter l'organisation et les résultats.



Thématique: Nouvelles postures managériales

4 ateliers

- Être un manager coach
- Être un manager médiateur
- Résoudre des situations complexes par la systémique
- Mettre en œuvre le co-dev

Le management peut être incarné par différentes postures complémentaires, représentant chacune un ensemble d'objectifs, de valeurs et de comportements associés propices à développer les équipes.



Thématique: Qualité de vie au travail

5 ateliers

- Identifier les facteurs de risques psychosociaux (RPS)
- Identifier les indicateurs de risques psychosociaux (RPS)
- Mettre en œuvre les leviers de la prévention des risques psychosociaux (RPS)
- Identifier les composantes de la qualité de vie au travail (QVCT)
- Mettre en œuvre les leviers de la qualité de vie au travail (QVCT)

Les ateliers de mise en œuvre ont pour prérequis les ateliers d'identification.

Développer la qualité de vie au travail suppose d'actionner les leviers permettant d'améliorer durablement les conditions de travail, de renforcer l'engagement des équipes et de concilier santé des collaborateurs et performance collective.

CONTACT

formation@performetsens.com

06 19 11 16 78

www.performetsens.com

