



Cathy Bernigaud

Développement

Actions de formation professionnelle



Actions de formation professionnelle

Une ingénierie de formation et une ingénierie pédagogique dans l'objectif d'accompagner votre montée en compétences

- Écoute de votre demande de formation
- Accompagner les acquisitions
- Identification et évaluation de vos besoins
- Renforcer les atouts et ressources
- Définition d'objectifs réalisables
- Évaluer la montée en compétences

L'organisme est spécialisé dans la formation professionnelle dans la région Auvergne-Rhône-Alpes.
Formations réalisables en situation de travail en immersion, en lieu neutre favorisant la prise de distance ou en visioconférence si nécessaire.

La structuration d'un programme de formation

- Des temps d'**apprentissage** avec des apports théoriques
- Des temps d'**expérimentation** avec des mises en situations
- Des temps d'**expression** et d'**analyse** avec une implication active des professionnels
- Des temps d'**intégration** des savoirs, savoir-faire et savoir-être avec des synthèses collectives et individuelles

Nos spécificités

- Une approche spécifique de l'écoute et de la communication interpersonnelle
- Une expertise dans les relations sociales complexes
- La sophrologie comme méthode psychocorporelle favorisant la gestion des tensions et le développement du potentiel
- Une pédagogie active et centrée sur l'apprenant : écoute et disponibilité
- Autonomie et responsabilité favorisées par des mises en pratique adaptées au contexte professionnel
- Une équipe pédagogique pluridisciplinaire

Nos atouts dans l'accompagnement

- La mobilisation des ressources
- Le renfort des capacités
- Stimulation de la concentration et de la mémoire
- Un travail sur la confiance en soi
- Une prise de recul favorisée avec l'acquisition de connaissances et l'analyse de sa pratique

Propositions thématiques

- Qualité de vie au travail
- Renfort de sa posture professionnelle : écoute et communication
- Prévention des risques psychosociaux
- Développer ses capacités à gérer les conflits et l'agressivité
- Se doter d'outils de gestion des tensions et du stress
- Stimuler le travail en équipe : s'écouter, communiquer, trouver les complémentarités
- Mobiliser son potentiel : confiance en soi, concentration, organisation individuelle et collective
- Découverte et expérimentation des outils de communication et d'inter-relation

Des outils pédagogiques au service d'un programme de formation

- Des apports théoriques combinés à des expérimentations collectives pour une meilleure appropriation
- Des jeux de rôle favorisant la dynamique de groupe et la compréhension des enjeux relationnels
- Animation dynamique, interactive et participative
- Expression favorisée pour développer les capacités individuelles et collectives
- Brainstormings, ateliers en groupes, synthèse collective
- Des exercices corporels comme outils d'écoute, de gestion des conflits et de cohésion de groupe
- Utilisation de la sophrologie comme méthode psychocorporelle : gestion des émotions et des tensions
- Attention portée au contexte professionnel et à son environnement avec une analyse systémique et transactionnelle

Nos engagements



L'écoute et l'analyse de votre besoin en formation



L'identification de vos objectifs en terme d'acquisition de compétences



La proposition d'une action de formation sur laquelle se mettre d'accord



La création unique d'une ingénierie de formation



L'élaboration d'une ingénierie pédagogique adaptée



La proposition d'un bilan et d'un suivi post formation

Cathy Bernigaud

- Une expérience de 25 ans dans le champ de l'éducation spécialisée avec des compétences d'écoute et d'accompagnement.
- Spécialisée dans l'accompagnement des adolescents et la gestion de la violence.
- Spécialisée dans une pédagogie participative et centrée sur l'apprenant.

Contactez-nous



 07 49 05 22 20

 contact@cathybernigauddeveloppement.com

 cathybernigauddeveloppement.com

- Formatrice en sophrologie certifiée par l'IFSMS
- Sophrologue professionnelle diplômée de l'Institut Français Supérieur des métiers de la Sophrologie
- Éducatrice spécialisée diplômée d'État