

Studio
**SOFT
SKILLS**



**Composez votre playlist
de compétences**

TOP 5 DES SOFT SKILLS

pour les organisations

- Depuis la crise sanitaire, les **capacités à se comporter et à interagir avec les autres** font encore plus l'objet de l'attention des organisations.
- Les soft skills également nommées **compétences douces** ou **comportementales** constituent des **clés de réussite** dans la gestion des équipes et **dans la relation avec les autres**.
- Elles représentent la **partie visible** de chaque personnalité et peuvent être mobilisées différemment en fonction de **l'environnement, de la situation, de la pression, du stress, des urgences...!**
- Les soft skills permettent lorsqu'elles sont bien cernées et développées, un **épanouissement de soi et aussi des autres, au travail**.
- Elles renforcent la capacité à **travailler en équipe** et jouent un rôle primordial dans les relations.

1.

COMMUNICATION



2.

COMPORTEMENT



3.

ADAPTABILITÉ



4.

ÉPANOUISSEMENT



5.

ESPRIT COLLABORATIF



LE STUDIO

de Work'N Roll-Le Lab



Le studio SOFT SKILLS vous amène dans un parcours pédagogique innovant avec des solutions mixées (présentielles et distancielles)

Vous enregistrez votre nouvel album, votre propre hit avec 2 faces :

LA FACE A « Meet your Emotions »
LA FACE B « Live your Transformation »



Au-delà des modules de formation, tout le parcours est enrichi de quizz en ligne, de partages entre participants, de retours d'expériences, de jeux, de pratiques corporelles, de questionnements, etc.

Chaque face de cet album se conclut par :

- **une séance de coaching individuel avec un professionnel** pour lever les dernières ambiguïtés et faciliter les ancrages.
- **l'expérimentation d'un atelier :**
 - > **soit de co-développement** pour apprendre à agir ensemble et à résoudre des problèmes ensemble.
 - > **soit de développement créatif par l'art.**

Accordez vos instruments et chauffez votre voix pour une expérience inédite avec LE STUDIO SOFT SKILLS !

FACE A

« MEET YOUR EMOTIONS »



EMPATHIE ET FLEXIBILITÉ

Découvrez, à travers un puissant outil comportemental « les styles sociaux » quelles sont vos tendances comportementales qui impactent votre travail et comment vous êtes perçus par ceux qui vous entourent !
Mieux se connaître pour mieux travailler avec les autres !



BIAIS COGNITIFS

À la recherche de vos biais cognitifs qui provoquent une déviation de la pensée logique et rationnelle par rapport à la réalité. Ce sont eux qui vous portent au jugement rapide et à la prise de décisions parfois peu pertinentes !



ÉCOUTE

Apprendre à s'écouter cela veut dire apprendre à gérer ses ruminations, ses jugements, ses idées préconçues, ses peurs, son stress, et à descendre de son petit vélo mental. C'est aussi écouter son corps avant qu'il ne dise stop. Être présent dans sa relation à soi et à l'autre, vraiment présent !



INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

Mobiliser son intelligence émotionnelle au travail devient un vrai levier d'efficacité relationnelle. Comprendre ses émotions à celles des autres, les clés ici !

UNE SÉANCE
DE COACHING
INDIVIDUEL



UN ATELIER DE
CO-DÉVELOPPEMENT



FACE B

« LIVE YOUR TRANSFORMATION »

Mission collaboration : Expérimentez en équipe les freins et les accélérateurs de la coopération. 5 défis à relever ensemble pour comprendre les impacts de la pression, la puissance du collectif, la complémentarité des talents, la reconnaissance, etc.

COLLABORATION



Basculez son cerveau en mode agile, c'est utiliser des techniques issues des neurosciences pour créer sa parade personnelle contre le stress. Mobilisez vos ressources internes pour plus d'agilité, d'adaptabilité ou de confiance !

AGILITÉ



Une Girafe au lieu d'un crocodile ? Bienvenue dans l'univers de la communication bienveillante, celle qui permet de rester en conscience et dans le non jugement. Découvrez ses techniques, ses méthodes qui permettent d'installer des relations de qualité, de prendre en compte vos émotions, celles des autres et de considérer vos besoins. Cessons de parler et communiquons vraiment !

COMMUNICATION



**UNE SÉANCE
DE COACHING
INDIVIDUEL**



**UN ATELIER D'ART
PÉDAGOGIE**

Libérez votre potentiel créatif et développez votre intuition. Appropriiez-vous les mécanismes intuitifs qui impactent nos décisions et prenez en compte les signaux qui constituent une source d'informations. Pour mieux décider, mieux créer, mieux utiliser nos ressources internes !

CRÉATIVITÉ ET INTUITION



LES DJ DU STUDIO



GUILLAUME CHAIZE

Coach et instructeur certifié Pleine Conscience, méditation et yoga.



ISABELLE SITA

Coach certifiée, Maître PNL, formée à l'intelligence émotionnelle.



MAUD GUASTAPAGLIA

Thérapeute et formatrice à la Communication selon la Communication Non Violente.



ERIKA SITA

Workrolleuse coach, Maître en PNL formée à l'approche neurocognitive et comportementale.



ANNABELLE GODEAU-PERNET

Formatrice spécialisée en psychologie positive et dispositifs de formation innovants.



LAURENCE TRUCCHI

Workrolleuse formatrice, certifiée sur les outils comportementaux, formée à la créativité et à l'intuition.



**NOLWENN
POËNS**
Art pédagogue®, formatrice spécialisée en développement professionnel.



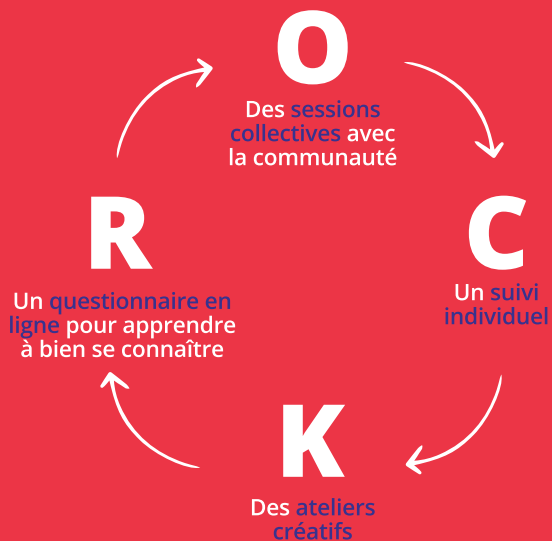
UN FORMAT **ROCK**

Reconnaître les autres, se reconnaître

Ouvrir, s'ouvrir au sein d'une communauté d'apprenants

Conditionner, sortir de son conditionnement et de ses schémas automatiques

KO le gauche, vive le cerveau droit !



LES BONUS DU PARCOURS

- Un questionnaire pour découvrir son style de communication, son niveau d'empathie et de flexibilité, renseigné par six personnes de son entourage professionnel.
- Un groupe WhatsApp pour échanger, communiquer et se soutenir entre participants.
- Une plateforme de ressources pédagogiques et d'échanges de documents.
- Des quizz en ligne.
- Un jeu collaboratif en équipe. Des expériences d'apprentissage ludiques et innovantes.
- Des sessions en présentiel et en distanciel.
- Deux séances de coaching individuel à l'issue de chaque face.
- Un atelier d'art pédagogie.

Studio
**SOFT
SKILLS**



Laurence & Erika

0692 31 80 31 & 0692 87 65 18

contact@worknroll-lelab.com



Laboratoire des initiatives
heureuses au travail

www.worknroll-lelab.com