

# L'action

*Expérimenter de nouveaux comportements en sécurité*

## INFORMATIONS GÉNÉRALES

<b>Intitulé</b>	L'action
<b>Durée totale</b>	3 épisodes — 40 min de scénarios interactifs + 45 min d'exercices guidés
<b>Temps d'accès</b>	Accès illimité pendant 2 mois
<b>Rattachement</b>	<i>Soft skill - Relation à soi › Méta-compétence - Estime de soi</i>
<b>Format</b>	E-learning immersif — Serious game
<b>Public visé</b>	Tout collaborateur, quel que soit son niveau ou sa fonction
<b>Prérequis</b>	Aucun prérequis — Formation accessible à tous
<b>Modalité d'accès</b>	Accès en ligne, sur ordinateur, tablette ou mobile, à son rythme
<b>Délai d'accès</b>	Accès activé à la date d'inscription de l'apprenant
<b>Accessibilité</b>	Pour tout besoin spécifique, contactez-nous : <a href="mailto:hello@ilycoach.fr">hello@ilycoach.fr</a>

## OBJECTIF GÉNÉRAL

*Expérimenter de nouveaux comportements avec efficacité et en toute sécurité. Identifier les obstacles internes et se libérer des messages contraignants pour faciliter sa capacité d'action.*

## COMPÉTENCES VISÉES

- Créer les conditions pour expérimenter de nouveaux comportements en sécurité.
- Rechercher la fonction positive de la situation actuelle et identifier les obstacles internes ou externes qui empêchent d'atteindre ses objectifs.
- Identifier et se libérer des messages contraignants pour agir en cohérence avec ses besoins.

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

<b>Approche</b>	Apprentissage par l'expérience — 3 niveaux de maîtrise progressifs exprimés en comportements observables
<b>Méthodes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Scénarios interactifs immersifs (serious game)</li> <li>• Exercices guidés individuels et collectifs</li> <li>• Grilles de lecture théoriques et outils pratiques</li> </ul>
<b>Évaluation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quiz de validation des acquis et/ou mises en situation</li> <li>• Revue des objectifs définis par l'apprenant en amont en lien avec son identité et son contexte</li> </ul>

## CONTENU DU PARCOURS

### PROGRAMME — 3 épisodes

#### **Vivre de nouvelles expériences**

*Créer les conditions pour expérimenter de nouveaux comportements en sécurité.*

#### **Préserver son écologie**

*Rechercher la fonction positive de la situation actuelle et mettre à jour les obstacles internes ou externes qui empêchent d'atteindre ses objectifs.*

#### **Je suis ok ! Et pas « seulement si »**

*Identifier et se libérer des messages contraignants.*

## FINANCEMENT

ilyCoach est certifié Qualiopi, ce qui vous permet de mobiliser votre OPCO pour financer tout ou partie du déploiement (à partir de 30 apprenants). Pour un devis personnalisé : [hello@ilycoach.fr](mailto:hello@ilycoach.fr)