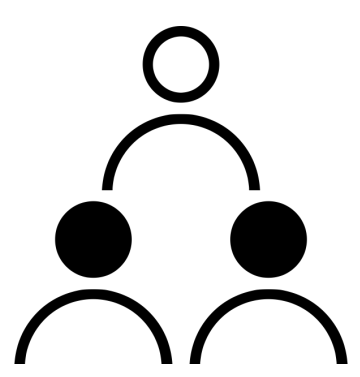


CATALOGUE DE FORMATIONS COGNIFY

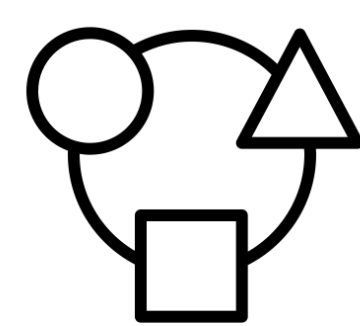
COGNIFY est un cabinet d'innovation pour l'inclusion. Nous accompagnons les entreprises dans leur transformation numérique, culturelle, managériale et organisationnelle. Nos processus de conduite du changement sont pensés au croisement de l'intelligence collective et de l'empowerment des acteur.rice.s qui imagineront les organisations de demain. Pour cela nous délivrons une série de formations et d'ateliers autour du leadership, du management d'innovation et de l'inclusion.

Nos formations & ateliers



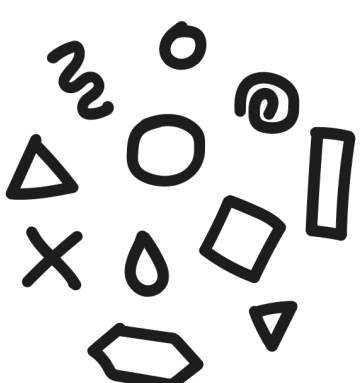
LEADERSHIP

Empowerment et développement d'influence



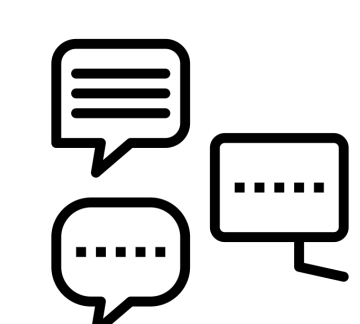
TRANSFORMATION

Transformation organisationnelle
Transformation numérique



INCLUSION

Posture et pratique inclusive



RELATIONS F/H

Stéréotypes
Sexisme
Approche *nudge*

Contacts

Emmanuelle LARROQUE x CEO
Mathilde GROAZIL x Directrice du conseil

nous@cognify.fr
www.cognify.fr
06 49 27 25 00

NOS FORMATIONS

INCLUSION - RELATION F/H

1. Stéréotypes - Initiation
2. Développer des relations F/H bienveillantes au travail
3. Influer sur le rôle des femmes au travers des nudges
4. Stéréotypes - Fondamentaux
5. Égalité professionnelle et mixité F/H
6. Déjouer le sexisme en entreprise

LEADERSHIP

7. Maîtriser sa présentation professionnelle : le pitch
8. Négocier son salaire
9. Professionnaliser son réseau
10. Savoir dire non
11. Mieux gérer ses émotions pour mieux s'affirmer
12. Utiliser les principes du coaching dans sa pratique de manager
13. Gérer les comportements difficiles : passivité, agressivité, manipulation
14. Gérer ses priorités, maîtriser son temps
15. Développer son sens politique
16. Construire une stratégie d'influence

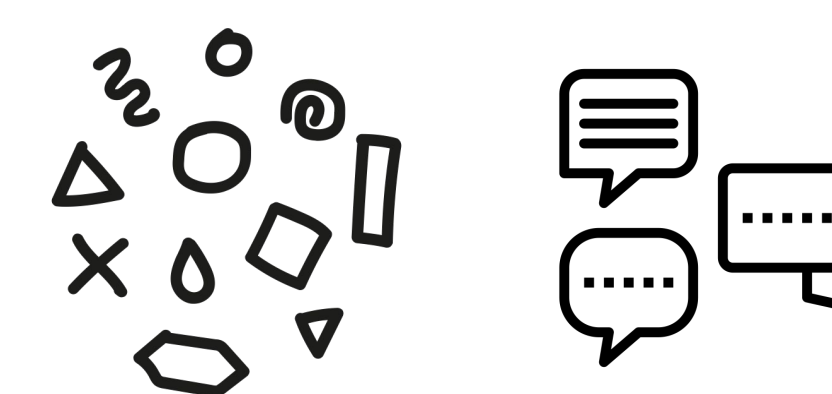
TRANSFORMATION - INCLUSION

17. Working for an Inclusive Digital Economy

COGNIFY

1 FORMATION Stéréotypes - Initiation

STEREOTYPE x RELATION F/H x INCLUSION



DESCRIPTION

Les stéréotypes s'immiscent automatiquement et inconsciemment dans nos jugements et peuvent influencer les décisions que nous prenons. Comment accompagner la gestion des stéréotypes afin qu'ils n'impactent les parcours et les pratiques des collaborateur.rice.s ainsi que la performance des entreprises et des organisations ?

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Appréhender les enjeux des stéréotypes et en mesurer l'impact pour l'entreprise
- Faire prendre conscience des stéréotypes et de la façon dont ils nous influencent
- Partage d'expériences etv échanges pour élaborer des pistes d'actions

PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

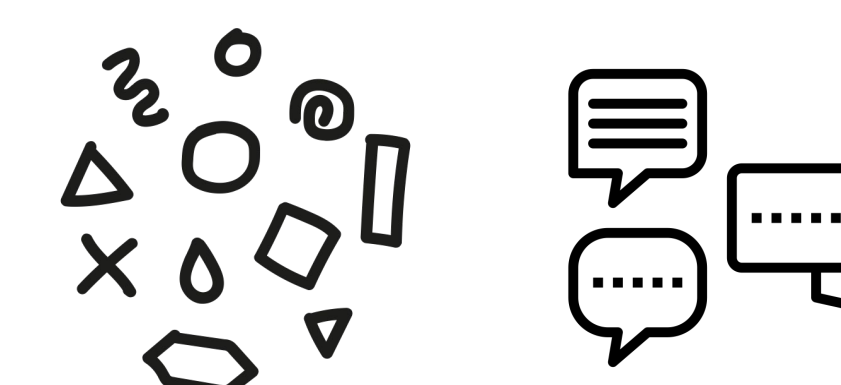
COGNIFY

2

FORMATION

Développer des relations F/H bienveillantes au travail

STEREOTYPE x RELATION F/H x INCLUSION



DESCRIPTION

Cette formation permet de sensibiliser les salarié.e.s aux leviers de relations positives et bienveillantes entre les femmes et les hommes, et penser des actions individuelles pour les construire.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Appréhender les enjeux de la relation F/H au travail
- Rappeler le fonctionnement des stéréotypes et leur impact sur les relations
- Identifier et décrypter les situations à enjeux qui s'invitent au travail
- Identifier des pratiques qui favorisent bien être, confiance en soi et collaboration
- Favoriser le partage d'expériences et les échanges pour élaborer des pistes d'actions

PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

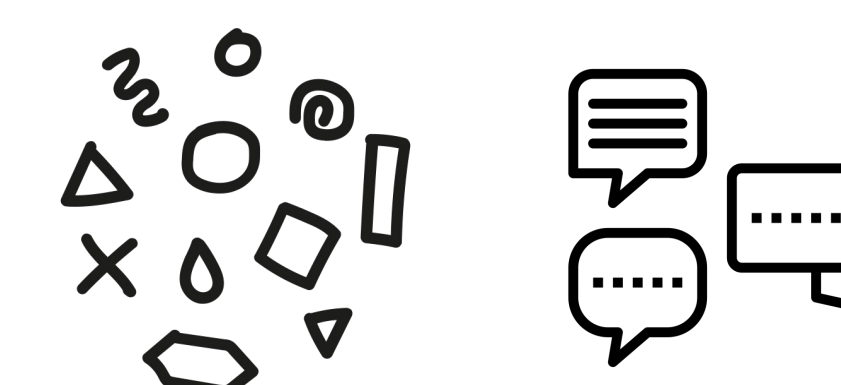
COGNIFY

3

FORMATION

Influer sur le rôle des femmes au travers des nudges

STEREOTYPE x RELATION F/H x INCLUSION



DESCRIPTION

Le *nudge* est une action incitative simple et efficace qui consiste à influencer plutôt que contraindre. La formation utilise la méthodologie *nudge* dans le but de favoriser la place des femmes dans les organisations en agissant sur les comportements et l'environnement de travail.

FORMATION

- Apprécier le pouvoir des nudges sur nos biais inconscient et leur intérêt dans le design de la structure organisationnelle
- Imaginer des nudges pour influencer sur la visibilité et la progression des femmes au sein des entreprises
- Développer des solutions structurelles efficaces et économiques

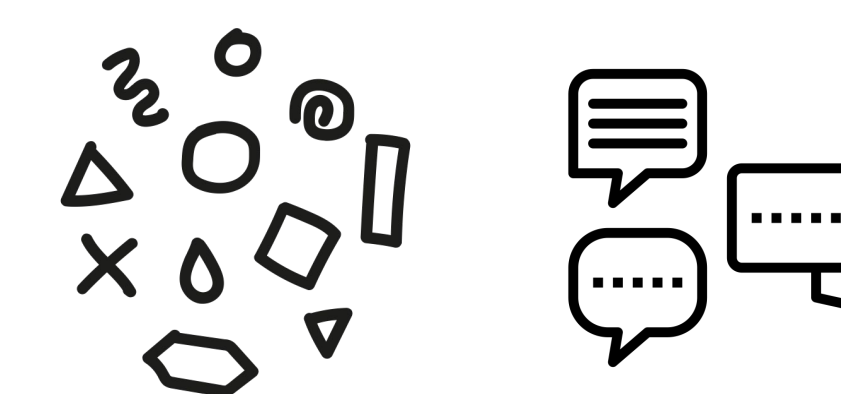
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

4 FORMATION Stéréotypes - Fondamentaux

STEREOTYPE x RELATION F/H x INCLUSION



DESCRIPTION

Les stéréotypes s'immiscent automatiquement et inconsciemment dans nos jugements et peuvent influencer les décisions que nous prenons. Comment accompagner la gestion des stéréotypes afin qu'ils n'impactent les parcours et les pratiques des collaborateur.rice.s ainsi que la performance des entreprises et des organisations ?

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Appréhender les enjeux des stéréotypes et en mesurer l'impact pour l'entreprise
- Faire prendre conscience des stéréotypes et de la façon dont ils nous influencent
- Développer un regard critique sur les représentations stéréotypées existantes
- Echanger pour élaborer des pistes d'actions individuelles et collectives

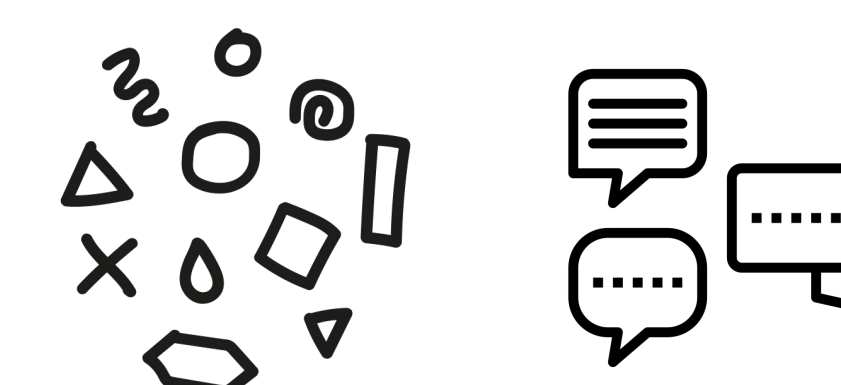
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

5 FORMATION Egalité professionnelle et mixité F/H

STEREOTYPE x RELATION F/H x INCLUSION



DESCRIPTION

L'égalité est un principe au centre de notre société mais les inégalités F/H perdurent dans la sphère professionnelle. Il est fondamental que les entreprises et les organisations forment leurs collaborateur.rice.s à l'égalité et aux bienfaits de la mixité pour favoriser le vivre ensemble, l'innovation, la performance et ne se priver d'aucun potentiel.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Appréhender les enjeux de l'égalité professionnelle
- Informer sur le cadre réglementaire de l'égalité et des discriminations
- Faire prendre conscience des stéréotypes et de la façon dont ils influencent
- Comprendre le lien entre mixité femmes-hommes et performance
- Favoriser le partage d'expériences pour élaborer des pistes d'actions

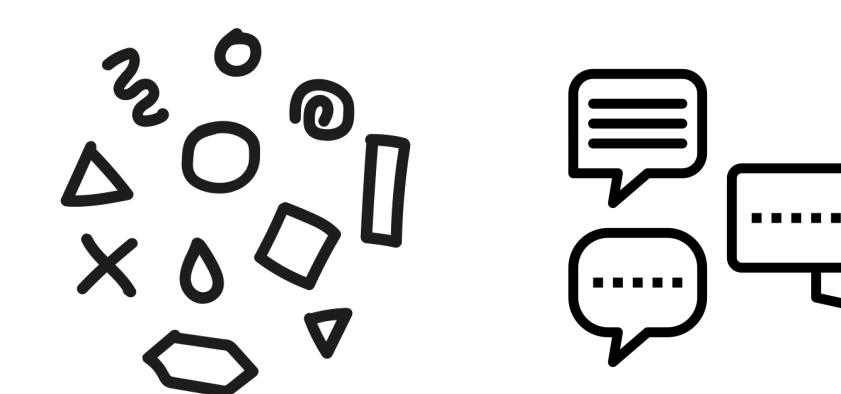
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

6 FORMATION Déjouer le sexisme en entreprise

STEREOTYPE x RELATION F/H x INCLUSION



DESCRIPTION

Les effets nefastes du sexisme sont nombreux en entreprise : ils peuvent impacter le bien-être et la réussite professionnelle des femmes mais aussi influencer sur la santé économique de l'organisation. Comment identifier et déjouer ces réflexes souvent automatiques et inconscients pour favoriser et développer des relations professionnelles femmes-hommes bienveillantes.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Appréhender les enjeux du sexisme
- Mesurer l'importance d'un environnement de travail non sexiste
- Informer sur les fondamentaux législatifs
- Favoriser les échanges pour élaborer des pistes d'actions

PUBLIC

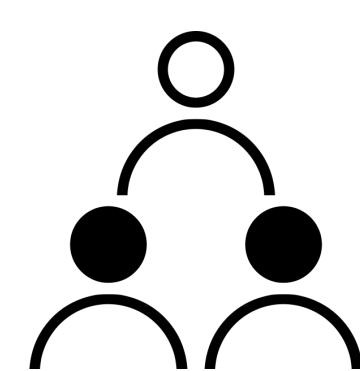
Managers et collaborateurs

COGNIFY

7 FORMATION

Maîtriser sa présentation professionnelle : le pitch

LEADERSHIP



DESCRIPTION

Cette formation permet aux participant.e.s d'identifier leur contribution spécifique et de l'expliquer dans une présentation professionnelle claire, mémorable et personnelle. Chacun.e repart avec un Pitch personnel (présentation courte, explicite, mémorable et « différenciante ») de 10 et 45 secondes lui permettant d'accroître sa visibilité. Pratique et basée sur le feedback, la formation permet de prendre du recul et d'articuler précisément ses attentes dans une présentation qui peut être mobilisée à chaque moment de la vie professionnelle.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Maîtriser sa présentation professionnelle :

- Maîtriser les principes du Pitch pour accroître sa visibilité
- Elaborer son pitch personnel ou projet
- Pratiquer son pitch pour en faire un réflexe

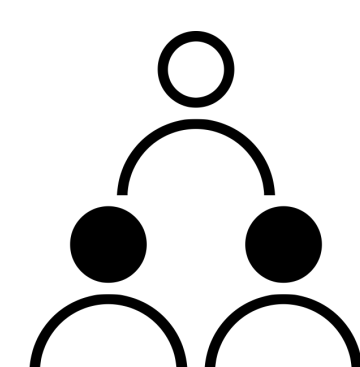
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

8 FORMATION Négocier son salaire

LEADERSHIP



DESCRIPTION

Cette formation accompagne les participant.e.s à formuler leurs attentes selon leur situation professionnelle et mettre en place un plan d'actions pour négocier rémunération et contreparties. Les participant.e.s prennent conscience de leurs croyances concernant l'argent, la valorisation de soi et identifient des stratégies gagnantes en phase de négociation. Pratique et basée sur le partage d'expériences, la formation permet à chaque participant.e de prendre du recul par rapport à ses attentes personnelles et d'élaborer un plan d'actions concret.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Savoir se valoriser lors de la négociation salariale
- Savoir faire des demandes recevables et choisir le bon moment
- Maîtriser les techniques de négociation

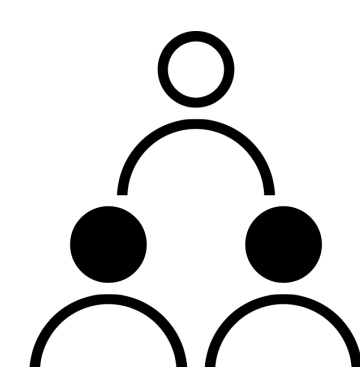
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

9 FORMATION Professionaliser son réseau

LEADERSHIP



DESCRIPTION

Cette formation permet aux participant.e.s de faire un diagnostic de leur réseau et d'identifier les stratégies gagnantes pour développer un réseau qui serve leurs objectifs à court, moyen et long termes. Elle permet à chacun.e de connaître les techniques pour entretenir son réseau de façon efficiente et le mobiliser à bon escient.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Apprendre à professionnaliser son réseau
- Faire un autodiagnostic sur l'adéquation entre ses objectifs et la nature de son réseau
- Identifier sa stratégie réseau à court, moyen, long termes
- Maîtriser les techniques d'animation et de mobilisation de son réseau

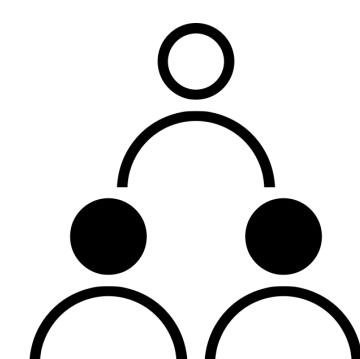
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

— COGNIFY

10 FORMATION Savoir dire non

LEADERSHIP



DESCRIPTION

Cette formation permet aux participant.e.s de comprendre et exercer les leviers pour poser leurs limites en accord avec leurs priorités professionnelles. Elle apporte les fondamentaux théoriques et techniques pour prendre conscience et dépasser l'autocensure en matière de « Savoir dire NON ! ». Elle permet à chacun.e de pratiquer, par des jeux de rôle, des situations concrètes où il/elle souhaite affirmer un NON tout en préservant la qualité de la relation professionnelle.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Faire un point sur l'expression de ses limites et les impacts sur la concrétisation de ses objectifs
- Prendre conscience des facteurs d'autolimitation à opposer un « NON »
- Maîtriser les techniques d'affirmation de ses limites tout en préservant la qualité de la relation

PUBLIC

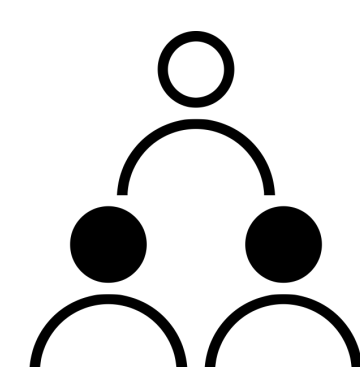
Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

11

FORMATION

Mieux gérer ses émotions pour mieux s'affirmer

LEADERSHIP

DESCRIPTION

Cette formation apporte les clés pour développer un comportement affirmé dans des situations professionnelles aussi diverses que formuler une demande ou un positionnement. Elle permet à chacun.e de prendre conscience et dépasser les freins à l'affirmation de soi liés à la gestion des émotions afin de construire des relations professionnelles authentiques. Pratique et basée sur des jeux de rôles, la formation apporte aux participant.e.s des techniques simples pour développer des comportements assertifs alignés avec leurs attentes.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre le fonctionnement de ses émotions et les besoins associés
- Comprendre l'impact de l'expression de ses émotions sur l'affirmation de soi
- Maîtriser les techniques d'affirmation de soi pour formuler une demande ou un positionnement

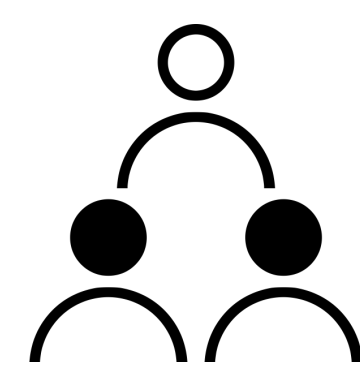
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

12 FORMATION Utiliser les principes du coaching dans sa pratique de manager

LEADERSHIP



DESCRIPTION

Cette formation permet aux participant.e.s de prendre connaissance des outils du coaching pour les intégrer à bon escient dans leurs pratiques de management d'une équipe. Idéal pour les jeunes professionnel.le.s qui souhaitent maîtriser les fondamentaux du coaching au service d'une mobilisation efficace de leurs équipes. La formation est basée sur des apports théoriques associés à des mises en pratiques concrètes de techniques simples de coaching dans des contextes de management.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- S'initier aux méthodes et aux outils de base du coaching
- Comprendre l'impact de la posture de manager-coach sur l'autonomisation et la performance de vos équipes
- Savoir utiliser efficacement les principes du coaching dans les situations de management adaptées

PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

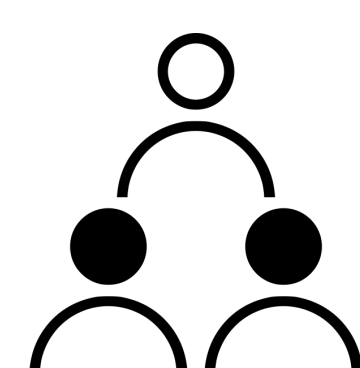
COGNIFY

13

FORMATION

Gérer les comportements difficiles : passivité, agressivité, manipulation

LEADERSHIP



DESCRIPTION

Cette formation permet de décoder les comportements difficiles. Elle mobilise des techniques efficaces pour les gérer dans le milieu professionnel. Pratique et basée sur des jeux de rôles, la formation permet aux participant.e.s de prendre du recul et aborder des situations concrètes avec de nouveaux outils.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre les ressorts des comportements difficiles
- Prendre du recul sur des situations concrètes
- Maîtriser des techniques simples de gestion des comportements difficiles

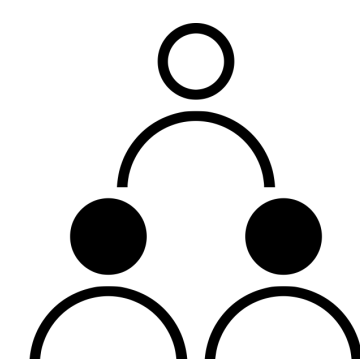
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

14 FORMATION Gérer ses priorités, maîtriser son temps

LEADERSHIP



DESCRIPTION

Destinée à des participant.e.s qui souhaitent acquérir des outils pratiques de gestion du temps, la formation « Gérer ses priorités » aborde des techniques simples de priorisation en fonction d'objectifs à court, moyen et long termes. Elle permet à chacun.e de faire un diagnostic de sa situation pour élaborer un plan d'actions personnalisé.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Faire un diagnostic sur les leviers de la gestion de ses priorités
- Maîtriser des techniques simples de gestion du temps et des priorités
- Elaborer un plan d'actions personnalisé en accord avec ses objectifs

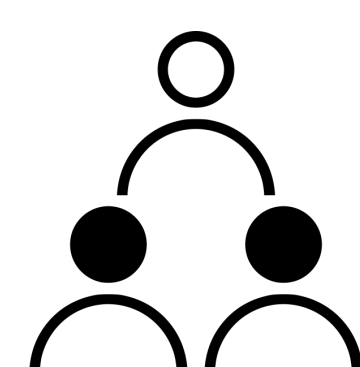
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

15 FORMATION Développer son sens politique

LEADERSHIP



DESCRIPTION

Cette formation permet d'avoir une meilleure compréhension de ce que revêtent les notions de « sens politique », d'ambition et de pouvoir d'influence.

Elle aborde les leviers et les techniques d'influence tant interpersonnelle et qu'organisationnelle.

Suite à un autodiagnostic, chaque participant.e établit un plan d'actions au regard d'un objectif concret.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre son rapport au pouvoir et les leviers de son influence en accord avec son éthique personnelle
- Savoir développer une stratégie d'influence en fonction de l'environnement
- Elaborer un plan d'actions pour exercer son sens politique en lien avec un objectif concret

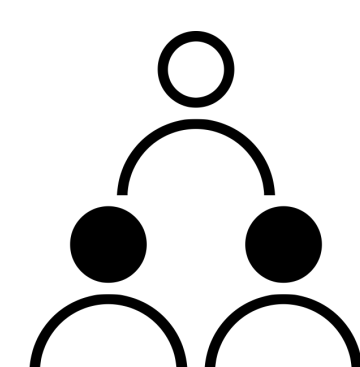
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

16 FORMATION Construire une stratégie d'influence

LEADERSHIP



DESCRIPTION

Une formation pour prendre du recul sur les motivations qui guident leurs aspirations professionnelles, sur l'efficacité de leur réseau actuel et pour aiguïser leurs compétences en matière d'influence. Un format dynamique et interactif orienté « action » où chacune repart avec un programme personnalisé.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre les motivations de ses aspirations professionnelles
- Développer un réseau efficace
- Comprendre comment devenir plus influente dans son réseau et dans l'entreprise
- Mettre en place un plan d'action

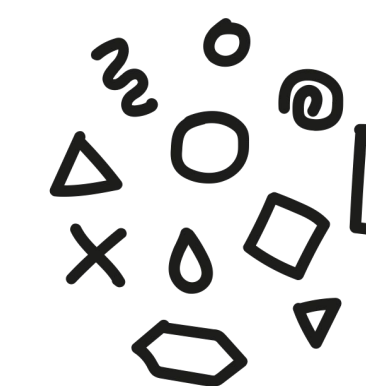
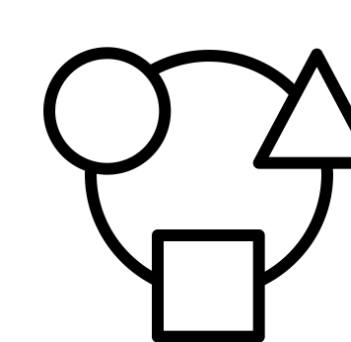
PUBLIC

Managers et collaborateur.rice.s

COGNIFY

17 FORMATION Women in digital economy

TRANSFORMATION x INCLUSION



DESCRIPTION

Renforcer la participation des femmes à la construction des organisations de demain et à l'économie numérique est devenu clé.

Une nouvelle génération de talents du numérique émerge, des femmes aux compétences aujourd'hui essentielles et qui se projettent dans des rôles de leadership. Il faut savoir les attirer et les fidéliser.

De plus, alors qu'elles représentent 60% des diplômé.e.s, les femmes restent sous-représentées au sein des postes de direction, et dans la création de startups.

WIDE propose des perspectives et des outils concrets pour vos managers qui accompagnent la transformation.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Un temps d'immersion pour booster les talents féminins du numérique :

- Découvrir une façon de travailler reposant sur la confiance et la transparence
- Adopter des pratiques de travail engageantes et collaboratives
- Accueillir le changement et le mettre en pratique

PUBLIC

Managers et collaborateurs

W — DE
women in digital economy

Contacts

Emmanuelle LARROQUE x CEO
Mathilde GROAZIL x Directrice du conseil

nous@cognify.fr
www.cognify.fr
06 49 27 25 00