

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

Formation e-learning interactive en ludopédagogie
"Soft-skills et les 5 éléments"

Parcours Essentiel

Format :

- ✓ 11h de formation
- ✓ quiz & auto-diagnostics
- ✓ attestation de réussite

Plateforme : Systeme.io – Accès 24/7 pendant 6 mois

Parcours Professionnel

Format : Version certifiante éligible à une prise en charge selon financement

- ✓ Parcours Essentiel
- ✓ + certificat de réalisation
- ✓ + reporting pédagogique
- ✓ + 1h avec référent pédagogique dédié

Plateforme : Systeme.io – Accès 24/7 pendant 12 mois

Public cible

Managers, professionnels, équipes en développement personnel et collectif.

Prérequis

Connexion internet, navigateur moderne. Aucun prérequis pédagogique.

Objectifs généraux

Maîtriser les 10 soft-skills clés via l'univers symbolique des 5 éléments (Bois, Feu, Terre, Métal, Eau) pour exceller en leadership, relations et performance.

MODULE 1 : Introduction aux soft-skills et 5 éléments

Durée : 1h | Évaluation : Quiz 10 questions

Objectifs :

- Comprendre le lien soft-skills / 5 éléments

- Identifier son élément dominant
- Découvrir l'approche ludopédagogique

Contenu :

- Définition soft-skills 2026
 - Les 5 éléments : Bois (croissance), Feu (inspiration), Terre (stabilité), Métal (structure), Eau (fluidité)
 - Test "Quel est ton élément ?"
 - Roadmap des 10 modules
-

MODULE 2 : BOIS – Intelligence émotionnelle

Durée : 1h | Quiz 10 questions

Objectifs :

- Comprendre conscience de soi, gestion émotions, empathie
- Identifier/exprimer émotions constructivement
- Accueillir émotions des autres

Contenu :

- Météo émotionnelle
 - Définition,composantes et physiologie des émotions
 - Process émotionnel
 - Étude de cas, auto évaluation personnel
 - Histoire du concept d'intelligence émotionnelle
 - Format/intensité des émotions
 - Besoins/émotions
 - En pratique
-

MODULE 3 : BOIS – Créativité

Durée : 1h | Quiz 10 questions

Objectifs :

- Stimuler pensée créative
- Explorer techniques créativité
- Dépasser blocages/ Résistances
- Appliquer créativité en projets

Contenu :

- Définition
- Quizz créativité en entreprise

- Auto évaluation
 - Les pionniers de la créativité
 - Ta dernière étincelle créative
 - Créativité et croyances
 - Tips créativité
-

MODULE 4 : FEU – Confiance en soi

Durée : 1h | Quiz 10 questions

Objectifs :

- Identifier atouts, image positive
- Développer assertivité
- Gérer doute/échec/regard autres
- Oser initiatives collectives

Contenu :

- Tour d'horizon de la Confiance en Soi en environnement professionnel
 - Définition
 - Auto évaluation
 - Les pionniers de la confiance
 - Désamorcer la bombe anti-confiance
 - Atteindre le sommet de la Confiance ...avec la Pyramide de Maslow
-

MODULE 5 : FEU – Leadership

Durée : 1h | Quiz 10 questions

Objectifs :

- Comprendre styles leadership
- Développer posture inspirante
- Motiver/engager équipe
- Adapter leadership au contexte

Contenu :

- Leadership Quizz

- Définition
 - Auto évaluation
 - Le top du leadership
 - Dépasser les freins qui ralentissent ton Leadership
 - Simulation Leadership
-

MODULE 6 : TERRE – Communication efficace

Durée : 1h | Quiz 10 questions

Objectifs :

- Maîtriser verbale/non-verbale
- Écoute active + reformulation
- Adapter message/contexte
- Désamorcer malentendus

Contenu :

- Quizz communication en entreprise
 - Auto-évaluation
 - Les stars de la Communication Efficace
 - Les Obstacles Cachés à la Communication
 - La route de la Com
-

MODULE 7 : TERRE – Intelligence collective

Durée : 1h | Quiz 10 questions

Objectifs :

- Comprendre mécanismes intel. coll.
- Valoriser compétences groupe
- Co-construction/collaboration
- Climat confiance/créativité

Contenu :

- Les Obstacles Cachés à la Communication
 - l'intelligence collective en action
 - Définition
 - Auto évaluation
 - Découvre les pionniers de l'intelligence collective
 - Evacue les obstacles à l'intelligence collective !
 - Simulation Intelligence collective
-

MODULE 8 : MÉTAL – Gestion du stress

Durée : 1h | Quiz 10 questions

Objectifs :

- Identifier sources/impacts stress
- Fondements recherche stress
- Attitude proactive défis
- Équilibre/performance exigeante

Contenu :

- No stress temple
 - Stress at work Quizz
 - Auto évaluation
 - Découvre les principaux inspirés
 - S'entraîner à repérer ce qui nous impacte...
 - La soupe anti stress
-

MODULE 9 : MÉTAL – Organisation/gestion temps

Durée : 1h | Quiz 10 questions

Objectifs :

- Organisation efficace
- Définir priorités/planifier
- Outils productivité
- Habitudes clarté/efficacité

Contenu :

- Le temple du métal
 - Sanctuaire de la vérité
 - Miroir intérieur
 - Les grands sages
 - Sanctuaire des ombres
 - La voie claire
-

MODULE 10 : EAU – Adaptabilité/Flexibilité

Durée : 1h | Quiz 10 questions

Objectifs :

- Mécanismes adaptabilité/flexibilité
- développer des concret
- mieux vivre face au changement

Contenu :

- Quizz des Profondeurs
 - Définition
 - Miroir d'Atlantide
 - Sanctuaire des pionniers
 - Labyrinthe des freins
 - La couronne des profondeurs
-

MODULE 11 : EAU – Résilience

Durée : 1h | Quiz 10 questions

Objectifs :

- Mécanismes de larésilience
- Rebondir après échec
- Ressources internes adversité
- Transformer crises en croissance


Contenu :


- La carte de la survie
 - Le crash test en entreprise
 - Révèle ton niveau de résilience face à l'inconnu
 - La clairière des sages
 - L'abri des faux alliés
 - Construis ton radeau
-

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Quiz interactif 10 questions/module (QCM)
- Seuil réussite : 70%
- Tableau bord progression Systeme.io


Moyens pédagogiques

 Quizzes ludiques/scoring

 Activités drag&drop

 Tableaux interactifs

 Études de cas

 Auto-évaluations

Support technique : Chat/email 7j/7 – réponse 72h max.

Nathalie Pascaud - *Facilitatrice en leadership naturel et révélation de potentiel*
Organisme Formation Professionnelle

NDA : 93830808383 – Siret : 41844339600050 – NAF : 8551Z/ 8559A

06 82 48 99 58 infos@nathalie-pascaud.com