



Modalité pédagogique

PRÉSENTIEL

Référence —

ACCMANA

PRÉREQUIS

Aucun.

PUBLIC

Direction, encadrement, managers de proximité, Codir, réseau de directeurs.

ORGANISATION

De 4 à 12 stagiaires.

INTERVENANTS

Formateurs et coachs en relation communication et en management relationnel et situationnel.

ÉVALUATION

Évaluation formative tout au long de la formation pour valider les compétences. Attestation de fin de formation. Une enquête de satisfaction à chaud et à froid est également réalisée dans le cadre du suivi qualité.



Objectif

Renforcer sa posture managériale et se prémunir de l'épuisement.

— EN RÉSUMÉ

Cet accompagnement pratique, destiné à un public d'encadrants et de managers, a pour but de développer et perfectionner des compétences variées, permettant de préserver l'énergie, la motivation et le sens au travail.

Construit sur mesure en fonction des besoins des participants, la formation inclue de l'écoute, des apports d'outils, des séances d'entraînement et des retours et analyses de pratique sur des situations concrètes. L'objectif premier sera de préserver son équilibre au quotidien et optimiser son rythme de vie professionnel et personnel, pour renouer avec le bien-être et la performance.

— COMPÉTENCES VISÉES

- Prendre de la hauteur sur ses représentations du travail.
- Apaiser les tensions relationnelles et recentrer sa posture et son savoir être managérial.
- Préserver son énergie.

— PÉDAGOGIE > 80% pratique, 20% théorique

- Recueil des attentes pré-formation.
- Pédagogie active et participative : expérimentations pratiques, jeux de rôles, expériences sensorielles, applications concrètes.

Le programme

1 Postures et priorités

- Identifier ses croyances : en prendre conscience et s'en affranchir.
- Différencier les postures du cadre, du manager et de l'expert.
- Clarifier ses champs d'actions et les directives.
- Débloquer des situations techniques ou professionnelles complexes.
- Clarifier les priorités du manager et agir en conséquence.

2 Communication et relationnel

- Développer une communication responsabilisante et apaisante.
- Accompagner les équipes en perte de valeurs ou de repères.
- Capitaliser et diffuser le positif.
- Reconnaître et gérer les personnalités toxiques.

3 Préserver son énergie

- Prendre de la hauteur sur les événements et leurs impacts sur soi.
- S'approprier les techniques pour se ressourcer pleinement.
- S'accorder des rythmes et pratiques de travail ressourçants.
- Éviter les débordements de la sphère pro sur la sphère perso.
- Différencier les domaines de contrôle et les fatalités.