



Programme de la formation

Préalablement à la formation, **un entretien tri-partite** entre le commanditaire de la formation ou le hiérarchique, le participant et le formateur afin de valider les attentes de chacun. S'assurer ensemble du bien-fondé de la formation.

Les journées ou demi-journées sont espacées de trois semaines environ de manière à pouvoir pratiquer entre deux séances. L'accompagnement allie des phases collectives et individuelles de manière à pouvoir s'approprier sa propre posture de Manager. Celle qui convient à chacun. S'enrichir des expériences de chacun, revoir et recadrer l'apprentissage précédent, parfaire son nouveau comportement de Manager. Vivre l'expérience d'un travail de groupe pour d'une part améliorer ses propres pratiques et d'autre part mesurer en live l'énergie dégagée par votre groupe. Découvrir tout au long de cette formation une nouvelle capacité relationnelle et l'art du Co-développement : comment être plus riche à plusieurs que tout seul.

½ Journée Séance Individuelle avec Florence Levain

Séance individuelle, matin ou après-midi selon votre choix, au cabinet RH Optimisation

Découverte de ses traits de personnalité (Passation du MBTI niveau 2.). Découvrir un outil de conduite de changement le SCORE pour clarifier votre propre objectif et les ressources que vous voulez trouver au cours de la formation. Vivre en live l'utilité de cet outil pour mieux savoir l'utiliser ensuite.

Jour 1 Séance collective avec Florence Levain et Sébastien Devin

Séance Collective, journée complète de 9H à 17H, sur le Touquet, repas à frais partagés.

Mettre au clair son projet personnel en parcourant tous les facteurs de motivation interne, pour mieux être dans son rôle et mieux communiquer sa vision, sa stratégie.

A partir de la découverte des niveaux logiques de Robert Dilts, comprendre ce que la formation va vous apporter sur chaque niveau. Nous commencerons par les niveaux supérieurs : « Vision Mission » « rôle » « valeurs croyances ».

Déterminer sa mission et sa vision de manager, à partir d'un projet personnel clair, afin d'exercer pleinement son rôle.

Améliorer son "état-d'être" personnel, devenir un « Yumancoach » (Manager-Coach) en adoptant une posture, une discipline de vie, qui favorise une présence et une écoute attentive de chaque instant.

Comprendre les enjeux d'une discipline de vie, identifier tous les moments dans une journée type où l'on peut prendre soin de sa santé physique et mentale, de son alimentation, son rythme de vie et se donner un objectif réalisable.

Apprendre par la qualité de sa présence à créer le lien avec l'autre. Développer une attention particulière au langage non verbal (langage corporel et ton de la voix), afin de faire preuve de congruence dans ses relations

Jour 2 Séance collective avec Florence Levain

Séance Collective, journée complète de 9H à 17H, sur le Touquet, repas à frais partagés.

Pratiquer au quotidien les outils de base de la communication et de l'échange

Créer le lien avec son interlocuteur, afin de le mettre dans un état interne positif et de disponibilité à l'échange. Mettre en pratique une écoute active, afin de recueillir les informations complètes d'un interlocuteur et réagir en fonction de ses attentes.

Mettre en pratique la reformulation, afin de clarifier ce qui vient d'être dit et de satisfaire chez son interlocuteur le besoin d'être entendu.

Développer une habileté à poser des questions ouvertes afin de clarifier une situation et permettre une réflexion plus approfondie chez son interlocuteur.

Gérer les situations difficiles ou conflictuelles, réussir tout entretien avec un collaborateur

Repérer chez soi comme chez son interlocuteur, ce qui est de l'ordre des faits, des émotions ou des valeurs, lors d'une situation difficile ou conflictuelle.

Nommer les ressentis, les valeurs ou besoins profonds qui sont sous-jacents chez un collaborateur, afin de trouver des sources de motivation et des terrains d'entente.

Transmettre efficacement un message difficile tout en maintenant la relation, afin de favoriser un changement chez son interlocuteur.

½ Journée Séance individuelle avec Florence Levain

Séance individuelle, matin ou après-midi selon votre choix, au cabinet RH Optimisation

Point sur les situations rencontrées, lever les freins ou les croyances « limitantes » afin de trouver sa juste posture de manager Coach.

Moment privilégié pour évoquer ce qui vous met dans la difficulté, ce que vous avez envie de travailler pour vous.

Jour 3 Séance collective avec Florence Levain et Sébastien Devin le matin, avec Florence Levain l'après-midi

Séance Collective, journée complète de 9H à 17H, sur le Touquet, repas à frais partagés.

Travailler sa posture de Manager-Coach par le Yoga

Se rendre plus disponible et présent lors des échanges avec ses interlocuteurs, en expérimentant la méditation, afin de ressentir concrètement en quoi consiste de vivre « l'instant présent ».

Véhiculer une image positive et enthousiaste, retrouver son calme, grâce aux ancrages et postures du yoga, afin d'améliorer son maintien et sa posture managériale en cas de stress ou d'enjeux importants.

Animer son équipe, apprendre à travailler ensemble, découvrir les étapes du Co-développement

Partager ses besoins profonds ou valeurs avec ses collaborateurs, collègues et hiérarchiques, afin d'encourager une motivation commune.

Choisir le type de réunion (réunions d'informations, d'amélioration, de prise de décision, ...) adapté à l'objectif visé, afin de générer la motivation des participants et l'efficacité des décisions.

Retrouver l'outil du SCORE découvert lors de la première demi-journée.

Rendre ses réunions pertinentes. Savoir conduire tout changement, afin de savoir passer d'une situation insatisfaisante à une situation désirée et retrouver de l'autonomie et des marges de manœuvre.

Développer l'intelligence collective par le Co-développement, identifier la finalité et les différentes étapes d'une séance de Co-Développement.

Apprendre à développer une dynamique d'intelligence collective au sein de son équipe.

Jour 4 Séance collective avec Florence Levain

Séance Collective, journée complète de 9H à 17H, sur le Touquet, repas à frais partagés.

Savoir animer des réunions de résolutions de problème, développer l'intelligence collective par le Co-développement

Identifier la finalité et les différentes étapes d'une séance de Co-Développement.

Apprendre à développer une dynamique d'intelligence collective au sein de son équipe.



Coût et prise en charge de la formation

- **Tarif 3700 € HT** par personne pour **35 heures** de formation sur 6 mois
- Groupe Interentreprises de 6 à 9 personnes
- L'organisme de formation RH Optimisation est **Datadocké**, en cours de certification **Qualiopi**
- La formation fait l'objet d'une convention afin que vous puissiez faire votre demande de prise en charge auprès de votre **OPCO**

Pour un groupe en Intra ou une formation à la carte : nous consulter pour un devis