



# Manager Autrement

Pour une autre vision de son poste où la motivation et l'implication se vivent au quotidien

## Nadine Bosq

06 14 15 55 50

[nadinebosq@gmail.com](mailto:nadinebosq@gmail.com)

<https://www.brinsdennergies.com>

## Objectifs

- Mieux se connaître pour mieux agir vis-à-vis de soi et vis-à-vis des autres et ce sur les axes principaux de management (leadership, gestion des stress, confiance en soi et communication).

## Prérequis

- Cette formation ne nécessite pas de prérequis spécifique.

## Participants

- Toute personne, qui, dans le cadre de son plan de formation, souhaite approfondir ses techniques de management et se découvrir autrement.

## Méthodes pédagogiques

- Questionnaires d'auto-évaluation,
- Apports théoriques à partir d'une pédagogie interactive,
- Appropriation des outils,
- Jeux de rôles et mises en situations,
- Supports de cours remis à chaque participant.

## Modalités d'évaluation

- Recueil d'appréciations et bilan.

## Durée

- 4 Modules ½ à 1j à la carte selon profil et souhaits de formation du participant =>, soit une totalité de 16 à 32 heures.

## Dates

- =>

### Formation proposée par BriNsdEneRgiEs

S'accepter tel que l'on est, en optimisant ses forces et en transformant ses faiblesses en points à développer et en différences. Gérer ses stress pour s'apaiser et mieux communiquer. Développer sa confiance en soi. Être authentique, être soi-même, et pouvoir faire confiance à ses collaborateurs. Optimiser sa prise de parole en public. Utiliser l'Intelligence émotionnelle pour grandir en savoir-être, en apportant du sens dans le travail => ne plus être dans une relation chef <-> subordonné.

## Programme

### Module 1 => GESTION DES STRESS -

- Introduction
- Présentation des participants et de leurs attentes spécifiques
- Présentation du module de formation dédié à la ½ journée

- Qu'est que le stress ?
- Définition, effets, attitudes
- Evaluation de son niveau de stress
- Présentation d'outils pratico-pratiques pour gérer le stress
- Appropriation de ces outils
- Intelligence émotionnelle au service de ses stress
- Temps de partages

### Module 2 => CONFIANCE EN SOI -

- Introduction
- Présentation des participants et de leurs attentes spécifiques
- Présentation du module de formation dédié à la ½ journée

- Les définitions et les différentes étapes de la confiance en soi
- Les Postures de la confiance en soi
- Appropriation des postures, utilisation de celles-ci pour mieux communiquer, être à l'aise en public
- Exercice des valeurs/Qualités pour agir sur ses déficits de confiance
- Une Mise en action dédiée
- Temps de partages

### Module 3 => PRISE DE PAROLE EN PUBLIC -

- Introduction
- Présentation des participants et de leurs attentes spécifiques
- Présentation du module de formation dédié à la ½ journée

- Séquençages et définitions pour chaque étape : à savoir Introduction, Allocution, Conclusion
- Pour chaque séquence : Travail personnel d'apprentissage
- Training avec formateur et jeux de rôles en groupe
- Une mise en action dédiée
- Temps de partages

### Module 4 => LEADERSHIP -

- Introduction
- Présentation des participants et de leurs attentes spécifiques
- Présentation du module de formation dédié à la ½ journée
- Découvrir son profil via outil D.I.S.C
- C'est un outil relativement simple qui permet de décrypter le comportement humain selon 2 axes : la perception de l'environnement et les attitudes de communication.
- Identifier ses forces /ses points de développement
- Les bénéfices de l'intelligence émotionnelle en management
- Définir une à 3 actions pour manager différemment, en s'appuyant sur les clés de l'Intelligence Emotionnelle
- Temps de partages

