



#1 - MAN-G

Formation “Manager avec Impact : développer un Leadership inspirant, la Communication et la Performance grâce aux Neurosciences”

**HUMINDS**
Performances



PROGRAMME DE FORMATION

INTITULE DE LA FORMATION

Manager avec Impact : développer un Leadership inspirant, la Communication et la Performance grâce aux Neurosciences

PUBLIC VISE

Tout poste à dimension managériale.

PRE-REQUIS

Aucun

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES DE LA FORMATION

- Révéler ses talents de leader dans le pilotage de projets et le management d'équipes.
- Comprendre les enjeux de la compétence émotionnelle pour renforcer la dimension humaine en entreprise et les performances économiques de l'entreprise.
- Apprendre les techniques du manager-coach et manager-facilitateur.
- Maitriser les outils pour développer motivation, engagement, potentialité et performance des collaborateurs.
- Générer de nouvelles capacités (notamment la confiance en soi et la réussite) et maitriser les canaux de communications de la communication non verbale.
- Savoir gérer son temps (et celui des équipes) et gérer les conflits dans la satisfaction collective.
- Savoir gérer son stress et ses émotions en toute situation professionnelle.

PROGRAMME DE FORMATION

OUTILS DE MODALITES D'EVALUATION

Le suivi de la formation est assuré par la signature d'émargement par demi-journée par chaque candidat.

Les modalités pédagogiques utilisées dans le cadre de cette formation sont les suivantes : apports théoriques, mises en pratiques, jeux de rôles, quiz digital (Kahoot).

La mesure des acquisitions des savoirs et des compétences se fera à l'aide de formulaires d'évaluation.

À l'issue de la formation, les documents suivants sont envoyés au candidat par mail : attestation de fin de formation, compte-rendu de la formation.

MODALITES D'ORGANISATION

Formation Inter ou Intra entreprise - 100% présentiel

Durée : 14 heures

E-mail : contact@humindsperformances.com

Téléphone : 06.65.67.74.40

PROGRAMME DE FORMATION

1

MODULE 1 : BOOSTER SON CERVEAU POUR PRENDRE CONFIANCE EN SOI ET REUSSIR SUR SA FONCTION MANAGERIALE.

- Passage de connaissance à prise de conscience de sa situation, identification de l'objectif et/ou la problématique, projection positive et développement de son intelligence motivationnelle.
- La roue des domaines de vie et comprendre les cycles de vie (modèles d'Hudson).
- La mise en place de ses objectifs, générer de nouvelles capacités de réussites et stratégie de développement d'une vision (PNL).
- Neuro-coaching des 9 clés de l'estime de soi (confiance, amour et image de soi). Créer une identité gagnante et identifier les moteurs de sa performance optimale.
- Les neurosciences motivationnelles ; donner le pouvoir à son esprit et jouer dans la zone dynamique.
- Définir son objectif en 10 étapes et la technique de la priorisation optimale.
- Mise en situation : Outil de synthèse de coaching comme programme de réussite et plan d'actions individualisé avec des clés complémentaires d'accompagnement au quotidien.

2

MODULE 2 : DEVENIR MANAGER-COACH ET BOOSTER SON LEADERSHIP

- Manager : son rôle, ses responsabilités, ses missions, sa posture.
- Le coaching : les techniques fondamentales de ce style de management.
- Les 3 piliers et les avantages du manager-coach.
- Booster les compétences des collaborateurs grâce aux neurosciences.
- Les différentes intelligences et manager avec l'intelligence émotionnelle pour générer la conscience individuelle et collective.
- Intégrer les 10 process motivationnels dans l'environnement de travail au quotidien : manager, animer, motiver, fédérer, impacter.
- L'implication et l'engagement en 12 points.
- Du manager au leader : devenir un facilitateur agile (fondamentaux de leadership et signes d'un management toxique).
- Exploiter son plein potentiel et communiquer efficacement.
- Adopter une communication non violente pour anticiper et désamorcer les conflits.
- Fédérer et motiver ses collaborateurs en leader visionnaire et charismatique.
- Ateliers.

PROGRAMME DE FORMATION

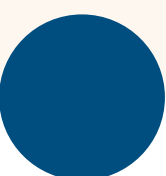
3

MODULE 3 : REUSSIR SEREINEMENT EN GERANT SON STRESS, SES EMOTIONS ET SON TEMPS DE MANIERE EFFICACE.

- Prises de consciences autour de la définition du temps, des difficultés de le gérer et les clés de maîtrise du temps.
- Apprendre à se connaître : cycle d'énergie, notre rapport au temps, économiser notre temps, être à l'écoute en permanence.
- La perte de temps : notre planning, notre émotionnel, le contrôle de nous-même, notre organisation.
- Les différents types de tâches et voleurs de temps. Prendre le contrôle.
- Stress et management :
Cas pratiques : Test et échelle d'auto-évaluation du stress (Holmes et Rahe, BMS).
Comprendre les mécanismes du corps humain, du stress et ses impacts.
Jeu de rôles en 5 étapes.
Sources génératrices de stress et outils de gestion du stress.
- Coaching des émotions : les reconnaître, les décoder pour mieux les gérer.
- Exercice : Techniques des écharpes relationnelles et plan d'actions.
- Les techniques de médiations corporelles en entreprise : La relaxation neuromusculaire progressive du Dr Jacobson, le training autogène de Schultz (auto-hypnose), la méthode Feldenkraïs, les techniques de respirations profondes etc.

PROGRAMME DE FORMATION

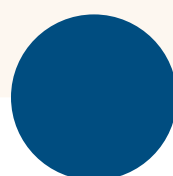
MODALITES TARIFAIRES ET D'ACCES



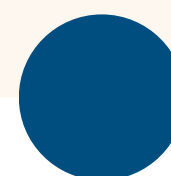
TARIFS :

1356€ NET DE TAXES /
JOUR/ GROUPE EN
INTRA

380€ NET DE TAXES/
JOUR/ PERSONNE EN
INTER



1 À 10 PERSONNES
MAXIMUM PAR
GROUPE



DELAI D'ACCES :

JUSQU'À 48
HEURES AVANT LE
DÉBUT DE LA
FORMATION ET EN
FONCTION DES
PLACES
RESTANTES

INTERLOCUTEURS DE LA FORMATION

Référent pédagogique : Sabrina FARRUGIA

Référent handicap : Sabrina FARRUGIA

Référent administratif : Sabrina FARRUGIA