

DEVENIR UN MANAGER COACH FACE AUX SITUATIONS DU QUOTIDIEN : VERS UNE APPROCHE COLLABORATIVE AU SEIN DE SON EQUIPE

Devenir manager coach face aux situations du quotidien c'est adopter une posture de facilitateur qui vise l'implication et la motivation des collaborateurs via des techniques de coaching. La communication interpersonnelle est fondamentale dans ce type de management.

Objectifs

Développer pour soi, pour l'autre les soft skills vecteurs d'un management facilitant

Être en capacité de prendre du recul avec les tensions inutiles déclencheur de sur-stress

Être en capacité d'écouter ses besoins, ses émotions, ses pensées avec détachement

Être en capacité de développer un management souple et agile

Programme

■ Dynamique physique : quand les techniques de relaxation dynamique sont au service du leadership

- Accueillir le stress comme un moteur
 - Repérer ses propres signaux d'alerte
 - Savoir activer le stress positif facteur de motivation et de bien-être
- Déclencher son potentiel de relaxation
 - Vivre la respiration et non la subir
 - Faire de ses émotions une force

■ Dynamique comportementale : quand les soft skills sont au service de soi

- Osez s'écouter !
 - Repérer avec bienveillance et humour ses besoins, ses émotions, ses comportements comme un potentiel
 - Déjouer le cycle infernal de l'interprétation
- Développer une attitude optimiste
 - Se connecter à ses pensées positives (socle de la créativité)
 - Développer les bases de la confiance en soi

■ Dynamique relationnelle : quand les soft skills sont au service des autres

- Développer son assertivité en toute circonstance et sa posture coach
 - Faciliter et fluidifier la communication interpersonnelle
 - Savoir dire OUI, savoir dire NON
- Appréhender les situations dites délicates avec aisance et souplesse
 - Oser le feed-Back constructif !
 - Message JE

Durée

2 jours

Intervenant

Sophie DE PARSCAU, formatrice en management d'équipe et communication, sophrologue et coach

Public(s) et prérequis

Exercer la fonction de manager depuis au moins 1 an.

Nombre de participants

5 à 15

Méthodes pédagogiques

Le formateur fera appel à un ensemble de techniques pédagogiques, permettant une alternance d'apports théoriques et de cas pratiques afin d'acquérir un ensemble de connaissances conformes aux objectifs pédagogiques.

Evaluation des acquis

Mises en situation, cas pratiques, exercices...

Une fiche d'évaluation sera remise aux stagiaires afin qu'ils puissent évaluer le contenu pédagogique et la méthode employée.

Une attestation de stage sera établie pour chaque participant à l'issue de la formation.

Tarif :

Coût pédagogique : 560 €

Frais de repas : 34 €

Informations pratiques

Horaires : 9h30-12h30 et 13h30-16h30

Lieu : Siège social de l'URIOPSS Bretagne

Les supports seront adressés par voie électronique.

Le service formation de l'URIOPSS se tient à votre disposition pour toute information complémentaire sur cette formation et également pour toute demande de formation Intra sur mesure réalisées dans votre établissement ou service. L'ensemble des programmes de formation est à votre disposition sur le site Internet de l'URIOPSS : www.uriopss-bretagne.fr