

PROGRAMME FORMATION

L'Art d'en Vivre-11/09/2023

MANAGEMENT, LES FONDAMENTAUX

PUBLIC CIBLE :

Managers, dirigeants, encadrants

NIVEAU :

Niveau bac

PRE-REQUIS :

Exercer des fonctions d'encadrement

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Développer vos capacités (cognitives, émotionnelles et comportementales)
pour mieux manager au quotidien

- Améliorer les relations avec vos collaborateurs
pour plus de sérénité et d'efficacité

APTITUDES

- o Capacité d'introspection
- o Empathie
- o Flexibilité mentale
- o Créativité

COMPÉTENCES

- o Capacité à fédérer
- o Ecoute active
- o Aisance orale

CONTENUS PÉDAGOGIQUES : PROGRAMME

1) Prévention des conflits et motivation

- **Définir les rôles : proactivité et collaboration harmonieuse**
 - * La place de chacun : cœur de fonction et organisation du travail
 - * La boucle pouvoir / responsabilité

- **Accueillir et gérer les émotions au quotidien :**
 - * Limiter le stress : prévention et désamorçage
 - * Cultiver des émotions positives

2) Confiance individuelle et collective

- **Les mécanismes cérébraux**
qui régissent la confiance en soi et en l'autre
- **La confiance individuelle :**
manager sur mesure
- **Les rapports de force dans le groupe :**
les prévenir et les assouplir
- **Techniques d'animation collective**
pour favoriser la confiance au quotidien

3) Communication positive

- **Les fondamentaux de l'écoute active :**
Intention, posture et méthode
- **Communiquer de façon assertive**
grâce à la Communication Non Violente
- **Pratiquer une intelligence relationnelle**

4) Mise en pratique

- Simulation d'entretiens en binômes
- Retours bienveillant du groupe
- Recadrage et ajustements

TYPE DE FORMATION : Action de formation

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Analyse de situations vécues par les participants
Expérimentation collective - Échanges et discussions
La formation peut se dérouler en présentiel comme en distanciel



L'ART D'EN VIVRE - SCOP OZON

Le Beaumarchais E169
3, rue St Jacques 31330 GRENADE
06 18 02 78 57

www.lartdenvivre.fr
www.ozon-cooperer.org

Formateur **L'Art d'en Vivre**

MOYENS D'ENCADREMENT

Une formatrice disponible, praticienne en neurosciences (accréditée Institut de Neurocognitivism). Certifiée en accompagnement de la performance, diplômée d'un master en communication d'entreprise et communication sociale. Dirigeante d'entreprise depuis 2011 et formatrice depuis 2017. Apport théorique, étude de la situation de chaque participant, exercices en groupe dynamiques et ludiques, support remis au participant.

ÉVALUATION DES ACQUIS

Positionnement en début et en fin de formation

Une feuille d'émargement signée par le stagiaire et le formateur, par demi-journée de formation, permettra de justifier de la réalisation de la prestation.

INDICATEURS DE RÉSULTATS :

Pas d'indicateur de résultat à ce jour

MODALITÉS D'ACCÈS :

Notre formation est accessible aux personnes en situation de handicap, sauf contre-indication. Nous pouvons vous accompagner : Contactez-nous.

DURÉE D'ACCÈS

2 à 3 jours pour une prise de contact et une définition commune du calendrier de mise en œuvre

DATES et LIEU

Nombre d'heure : 7h

Dates : à définir

Lieu : possibilité présentiel ou distanciel.

TARIFS :

Interentreprise (Net de taxe)	
Frais de formation particuliers	245 € par personne
Frais de formation entreprises	315 € par personne
Intraentreprise et sous-traitance	
Frais de formation	
Frais déplacements, repas, hébergement...	Sur devis

ORGANISME DE FORMATION :

La société OZON, SARL SCOP, RCS Montauban 445 193 832, code APE 7112B , Siret 44519383200026, Numéro de déclaration d'activité : 73 82 00390 82
Adresse postale : 10, cours Alsace Lorraine 82240 SEPTFONDS



L'ART D'EN VIVRE - SCOP OZON

Le Beaumarchais E169
3, rue St Jacques 31330 GRENADE
06 18 02 78 57

www.lartdenvivre.fr
www.ozon-cooperer.org

Formateur **L'Art d'en Vivre**

CONTACT - RESPONSABLE DE FORMATION:

L'art d'en vivre, Florence de Luzan	Mail : bienvenue@lartdenvivre.fr
Adresse : Le Beaumarchais – E169 3 rue St Jacques 31330 GRENADE	Téléphone : 06 18 02 78 57

Fait le 11/09/23 _____