

PROGRAMME FORMATION

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

NEUROMANAGEMENT

MANAGER AUTREMENT GRACE AUX NEUROSCIENCES

PUBLIC CIBLE :

Managers, dirigeants, encadrants

NIVEAU :

Niveau bac

PRE-REQUIS :

Exercer des fonctions d'encadrement

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les mécanismes cérébraux qui peuvent impacter le bien-être et la performance et freiner le changement (stress, confiance, motivation, agilité mentale)
- Développer vos capacités (cognitives, émotionnelles et comportementales) pour manager sur mesure 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

J1 : 7 HEURES

1) Les modes mentaux : comment impulser et accompagner les changement

- Les 2 modes mentaux : mode automatique / mode adaptatif

quel rôle pour quel objectif

- Les 4 gouvernances cérébrales :

comprendre ce qui se joue...

- La bascule cognitive

changer de disque

2) Gestion du stress : gouvernance instinctive

- Les mécanismes cérébraux

qui régissent le stress

- Gérer son propre stress

Favoriser le bien-être du manager, prérequis au bien-être des équipes

- Gestion Relationnelle du Stress

ajuster des comportements à l'état émotionnel de votre collaborateur

2) Confiance en soi : gouvernance paléo-limbique

- 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

J2 : 7 HEURES

3) La motivation en question : gouvernance néo-limbique

- Les mécanismes cérébraux

qui régissent les motivations

- Pratiquer l'écologie motivationnelle

Tout ce qui m'anime n'est pas bon pour moi

- Les 5 grands facteurs de motivation en entreprise

4) Basculer pour être agile : créativité et capacité d'adaptation

- **Les mécanismes cérébraux** de la bascule
- **Comment basculer ?**

5) Etudes de cas

- **Lire l'état émotionnel et cognitif** : le sien et celui de son interlocuteur
- **Ajuster ses comportements** aux enjeux

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

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



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**

Nombre d'heure : 14h

Dates : à définir

Lieu : possibilité présentiel ou distanciel.

TARIFS :

Interentreprise (Net de taxe)	
Frais de formation particuliers	490 € par personne
Frais de formation entreprises	630 € par personne
Intraentreprise et sous-traitance	
Frais de formation	Sur devis
Frais déplacements, repas, hébergement...	

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

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 14/09/23 -----