

Programme de formation ALEFRANC-2025-001-01

Intitulé de la formation : Acquérir les outils du management et de la gestion d'équipe, mieux se positionner dans les situations de tension et de conflits.	Entrepreneur et coordonnées : Aude Lefranc Cabinet Emergences 06 77 86 42 72 contact@emergences-audelefranc.com
Formation	Informations pratiques
Objectifs pédagogiques : • Acquérir les fondamentaux du manager : rôle, positionnement, outils... • Questionner sa pratique et développer sa posture d'encadrant. • Acquérir des outils de communication interpersonnelle pour clarifier et fluidifier les échanges. • Mobiliser des compétences relationnelles pour rendre les interrelations plus efficaces. • Développer son assertivité, son affirmation de soi pour se positionner avec justesse dans les interrelations. • Apprendre à faire face au conflit et à mener un dialogue constructif. • Acquérir des outils de résolution de problème, gestion de conflit, feedbacks, entretiens de recadrage... Compétences visées • Pouvoir prendre du recul sur sa pratique et utiliser des outils pour mieux se positionner en tant que manager. • Engager une communication plus assertive. • Se positionner dans les situations de tensions ou de conflits avec plus de facilité et engager des actions constructives. Programme de la formation Module 1 : Les fondamentaux du management • Définition : identité, rôle et fonctions du manager. • Les différents types de management. • Structurer son management : organiser, planifier, diriger, contrôler. • Les principes de délégation : la Perle, les niveaux de compétences... • Diriger et motiver ses équipes : fixer des objectifs clairs, donner du sens (direction et signification). • Découvrir les leviers du management motivationnel pour entretenir la dynamique d'équipe et rendre les collaborateurs partenaires du changement. • Gestion de l'information : structurer et diffuser les informations, transmettre les consignes internes à l'entreprise. Module 2 : Posture de management • Questionner sa pratique, s'évaluer et déterminer des pistes de progrès. • Optimiser sa posture de responsable : trouver le juste équilibre entre exigence et relationnel. • Actualiser sa posture : prendre de la hauteur, de faire à « faire faire », mesurer et ajuster cette prise de hauteur. • Découvrir la notion d'autorité (prendre sa juste place sans autoritarisme).	Public visé manager, responsable... Pré-requis Pas de pré requis spécifiques Dates : Du 09/01/2025 AU 30/06/2025 Durée : Format 21h Tarifs : 3 045€HT Accessibilité handicap : Accessible aux personnes en situation de handicap – contactez le formateur Modalités et délai d'accès Mise en lien et montage du dossier formation par l'entreprise bénéficiaire. Prise de contact par téléphone ou mail. Lieu de formation : Cabinet Emergences 4 rue François Malnoury 21000 DIJON Informations pratiques : Restauration, hébergement, transport à proximité (moins de 10 minutes). Non pris en charge dans le cadre de la formation.

- Développer ses stratégies de positionnement de manager : le triangle identitaire.

Module 3 : Communication interpersonnelle et management

- Apprendre à mieux se connaître et à découvrir l'autre : les styles de communicants, les typologies (VAK, les portes d'entrées...). Repérer et adapter son management aux différents profils.
- Les principes d'écoute active, reformulation, réitération, les questions magiques...
- Repérer les jeux relationnels et apprendre à développer des relations gagnant gagnant.

Module 4 : Comprendre et appréhender les émotions négatives

- Découvrir l'historique et principaux modèles des émotions : les 4 émotions de base, le déclencheur des émotions, le fonctionnement du cerveau, l'intelligence émotionnelle et relationnelle (travaux de Goleman), le rôle des émotions dans nos interrelations.
- Réagir face aux émotions : comprendre et se positionner, trouver la bonne distance relationnelle, trouver une solution plutôt qu'un responsable, intégrer l'interlocuteur à la résolution de son propre problème.

Module 5 : Développer une posture assertive

- Appréhender la notion d'assertivité et d'affirmation de soi dans les contextes professionnels.
- Les outils de l'assertivité : la méthode SORA (différencier un fait d'une opinion), critique positive, exprimer un désaccord sans provoquer d'attitude défensive...), dire de vrai « non » et de vrai « oui ».
- Poser le cadre des transactions, développer son assurance personnelle et s'exprimer avec autorité et justesse.
- Découvrir son mode de positionnement privilégié dans les interrelations, les stratégies défensives.
- Pratiquer l'OSBD de la CNV pour prendre sa place, se faire entendre dans une situation spécifique.

Module 6 : Posture professionnelle et gestion de conflit

- Identifier et gérer les différents types de conflits.
- Les problèmes individuels d'indiscipline : absence/retard injustifiée, non respect d'une consigne, provocation...
- Les conflits dus à des hostilités interpersonnelles : conflits de territoire, jeux relationnels, rivalité/jalousie.
- Les conflits dus à la présence d'une personnalité négative. Comment gérer les personnalités toxiques et les comportements inappropriés (provocateurs, les revendicateurs, les manipulateurs...)
- Les phénomènes de groupe : démotivation, contre-productivité, fausse rumeur...
- Exercice pratique : Se positionner dans un conflit, gérer les situations tendues et le conflit, protocole et mise en pratique en collectif.

Module 7 : Feedback, cadrage et recadrage constructif.

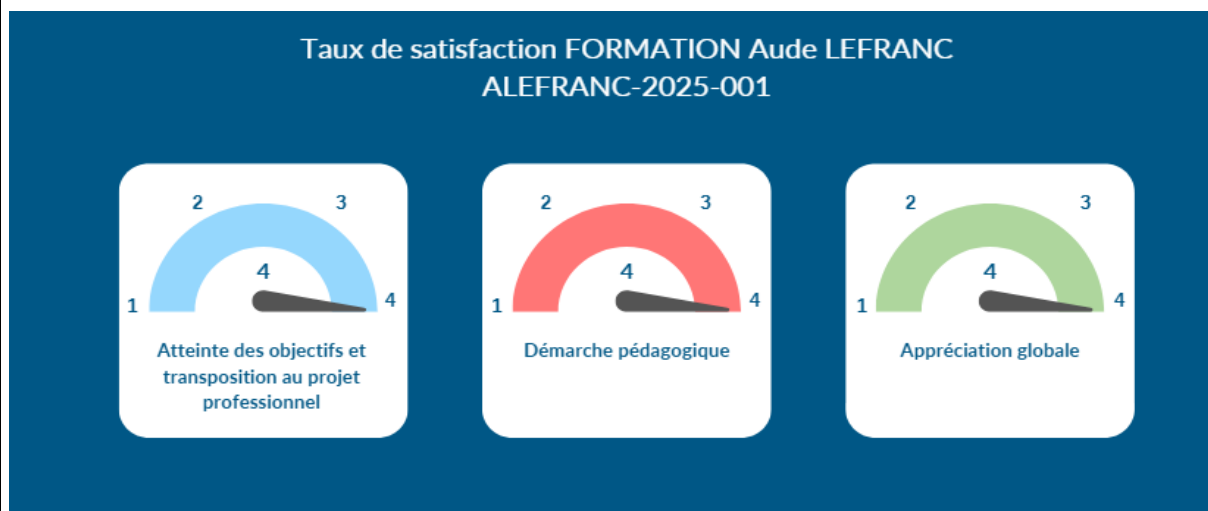
- Gérer et anticiper les tensions.
- Gérer les situations tendues et le conflit : exprimer une critique positive, exprimer un désaccord sans provoquer d'attitude défensive.
- Cadrage et recadrage constructif : les prérequis, les étapes de recadrages, l'équilibre entre exigence et relationnel, la méthode SORA, OSBD et DESK pour conduire un entretien.

- Etude de cas : appréhender les situations types de recadrages, les conflits les plus souvent rencontrés, analyse des dysfonctionnements, proposition de solutions adaptées en collectif.

Statistiques en date du 26/ 05 / 25 :

Taux de satisfaction session : 100%

Nombre de stagiaires : 1



Règlement intérieur : Disponible sur www.caebourgogne.fr/conseil-et-formation