

PLAN DÉTAILLÉ

Formation Management

TOTAL : 15'05'54

Les objectifs de la formation

Acquérir les techniques managériales.

-
- | | |
|--|-------|
| • Introduction | 1'30 |
| • Test de positionnement | 5'00 |
| • Module 1 : Manager une mission, une posture | |
| ○ Pourquoi devenir manager ? | 5'43 |
| ○ Quel est le rôle du manager d'équipe ? | 2'51 |
| ○ Quels sont les devoirs du manager | 2'20 |
| ○ Les compétences du manager | 5'00 |
| ○ Quelles sont les qualités et les compétences requises pour devenir manager ? | 6'50 |
| ○ Comment réussir sa prise de fonctions | 7'49 |
| ○ Les erreurs à éviter lors de la prise de fonction | 3'20 |
| ○ Quiz de module | 5'00 |
| TOTAL : 45'23 | |
| • Module 2 : individualiser les stratégies de motivation du manager | |
| ○ Comment individualiser les stratégies de motivation | 12'45 |
| ○ Motiver vos collaborateurs par les signes de reconnaissance | 3'30 |

○ Comment favoriser la motivation et les performances des membres de votre équipe ?	8'10
○ Stratégie pour remotiver ses collaborateurs	7'50
○ Comment créer une alliance avec son chef ?	6'34
○ Comment manager un senior	7'00
○ Manager plus sénior que soit	5'04
○ Manager la génération Y	5'55
○ Quiz de Module	5'00
TOTAL :	1'01'48

• **Module 3 : Le management situationnel**

○ Comment maîtriser les 4 styles de management situationnel	7'50
○ 4 Colors	4'55
○ Maîtriser les quatre styles de management	15'00
○ Les différentes approches managériale en fonction des styles	5'00
○ Développer des compétences en partant des besoins individuels	15'00
○ Réguler les différents comportements	5'00
○ Développement de la performance opérationnelle	15'00
○ Quiz de Module	5'00
TOTAL :	1'12'45

• **Module 4 : Apprendre à déléguer**

○ Déléguer : Passer du faire au faire faire	5'00
○ Les 6 Étapes de la délégation	8'00
○ Prendre des singes ou déléguer	4'00
TOTAL :	17'00

• **Module 5 : Mener des entretiens avec ses collaborateurs**

○ Les étapes d'un entretien réussi	5'45
○ Pratiquer l'écoute active	10'00
○ Qu'est-ce qu'un feedback ?	1'48

○ Les étapes d'un Feedback réussi	9'02
○ Mener l'entretien annuel d'évaluation	3'36
○ Mener l'entretien bi-annuel professionnel	6'50
○ Quiz de module	5'00

TOTAL : 42'01

• **Module 6 : Appréhender le leadership**

○ Introduction : Appréhender le leadership	0'30
○ Qu'est-ce qu'être un Leader : l'ABR du leadership	7'55
○ Leadership et influence	5'55

TOTAL : 14'20

• **Module 7 : Manager le changement**

○ Mettre en place une culture du changement	7'30
○ Un leadership sans peur	1'29
○ Agilité organisationnelle	1'42
○ Accompagner les transformations	2'50
○ Gérer les résistances du changement	9'25

TOTAL : 22'56

• **Module 8 : Animer une réunion**

○ Les bénéfices d'une réunion	1'30
○ Les 3 clés pour animer vos réunions	11'00
○ Le développement par le travail collaboratif	3'20

TOTAL : 15'50

• **Module 9 : Comment appréhender le conflit ?**

○ Quelles sont les principales sources de conflit au travail	2'08
○ Du désaccord au conflit	2'57
○ Quels sont les coûts et les risques de conflits	1'34
○ Le conflit peut-il être une opportunité ?	1'45

○ La mécanique interne du conflit	1'50
○ Les 5 étapes du conflits	2'56
○ Les facteurs d'inflation du conflit	1'46
○ Les 3 cerveaux, le stress et le conflit	3'57

TOTAL : 18'53

• **Module 10 : Développer une intelligence relationnelle**

○ Intro	3'25
○ Établir un rapport d'égal à égal pour vous affirmer avec tact	1'44
○ Cultiver un regard positif	1'10
○ S'affirmer sainement, adopter une attitude constructive	2'33
○ Comment se contrôler et gérer un conflit de manière constructive	1'55
○ Pratiquer l'écoute active	3'07
○ Poser des limites et dire non	3'57
○ Les états du moi, parent, adulte, enfant	6'01
○ Sortir des jeux relationnels	4'05

TOTAL : 27'57

• **Module 11 : Résoudre un conflit ouvert**

○ Intro	5'18
○ Anticiper et désamorcer les conflits latents	3'51
○ Les préalables avant de gérer le conflit	1'00
○ Gestion des conflits internes - Comment s'y prendre	2'17
○ Comment se préparer à aborder un sujet conflictuel	0'44
○ Organiser la rencontre pour dénouer le conflit	2'44
○ Désamorcer l'escalade d'un conflit	2'44
○ Un conflit bien résolu, qu'est-ce que c'est ?	1'20
○ Résoudre un conflit avec un client en 5 étapes	3'11
○ La réunion de régulation, régler les problèmes	3'51

TOTAL : 27'00

• **Module 12 : Adopter une attitude constructive dans le conflit**

○ Intro :	1'00
○ Les attitudes face aux conflits selon Thomas Kilmann	6'37
○ Gérer nos conflits intérieurs	7'34
○ Maîtriser l'art du contournement	0'35
○ Répondre aux objections du client ou du collaborateur	4'02
○ La méthode DESC - communication non violente	2'10
○ Questionner et changer ses perceptions	3'13
○ Oser le lâcher prise	5'29
○ Gérer l'après conflit	1'14

TOTAL : 31'54

• **Module 13 : Arbitre au médiateur - Gérer un conflit en tant que tiers**

○ Les approches de la gestion de conflits	2'27
○ Les avantages et rôles du médiateur	3'39
○ Être manager et médiateur	3'31
○ Les qualités du médiateur	1'28
○ Une médiation réussie en 8 étapes	3'38

TOTAL : 14'43

• **Module 14 : créer un environnement de travail plus collaboratif**

○ Intro	4'14
○ Des valeurs pour faciliter la collaboration	0'53
○ La charte relationnelle / Le code de bonne conduite	6'38
○ Les chartes de l'engagement mutuel	1'16
○ Clarifier rôles et responsabilités pour éviter le conflit	2'17

TOTAL : 15'18

• **Module 15 : Ouvrir des paradigmes au-delà du conflit**

○ La gestion de conflits dans l'entreprise libérée	2'44
○ Les jeux de domination, pourquoi nous cherchons le pouvoir	2'59

TOTAL : 5'43

- **Module 16 : Communiquer dans le désaccord**

- Qu'est-ce qu'un désaccord 3'48
- Ce qu'il faut retenir avant de formuler un désaccord 10'21

TOTAL : 14'09

- **Module 17 : Améliorer ses talents relationnels**

- Améliorer ses talents relationnels – partie 1 10'09
- Améliorer ses talents relationnels – partie 2 10'16

TOTAL : 20'25

- **Module 18 : Management à distance**

- L'histoire du management à distance 9'46
- Genèse : Du manager au E-manager 10'52
- Les spécificités du management à distance 6'15
- Quand la distance ne remet pas en question les pratiques habituelles du management 2'59
- Une pratique managériale évolutif pour prendre acte de la distance 12'11
- Le concept de distance - partie 1 8'33
- Le concept de distance - partie 2 12'00
- La notion d'équipe à distance 7'40
- Les risques associés aux équipes dispersées 8'19
- Les déterminants de la performance des équipes distantes 7'54
- Les outils pour gérer la distance - Partie 1 9'18
- Les outils pour gérer la distance - Partie 2 9'19
- Les outils pour gérer la distance - Partie 3 13'36
- Les bonnes pratiques du management à distance 8'04
- Le rôle du manager - Partie 1 12'55
- Le rôle du manager - Partie 2 8'50
- Le rôle du manager - Partie 3 11'21

○ L'accompagnement RH pour gérer la distance – Partie 1	9'14
○ L'accompagnement RH pour gérer la distance – Partie 2	9'30
○ Les outils	12'07
○ Conclusion	7'56
TOTAL :	3'18'39

• **Module 19 : Gestion du stress**

○ Intro	1'35
○ Qu'est-ce que le stress	2'03
○ Définition psychologique	3'08
○ Les agences stresseurs	3'33
○ Les manifestations et signes du stress	3'23
○ Les conséquences du stress sur la santé	5'44
○ Comment évaluer son stress	1'49
○ Comment mieux gérer son stress et ses émotions	7'31
○ Résoudre les situations difficiles et conflits interpersonnels - Partie 1	14'30
○ Résoudre les situations difficiles et conflits interpersonnels - Partie 2	7'29
○ L'ascenseur émotionnel : Qu'est-ce que c'est et comment l'utiliser ?	16'46
○ Comment la médecine chinoise analyse les émotions	12'25
○ Comment créer un environnement de bien-être au travail et éviter le stress	16'07
○ Les solutions pour appréhender le stress	9'04
○ Comment être positif - Partie 1	11'02
○ Comment être positif - Partie 2	9'40
○ S'entourer d'influences positives	6'50
○ Éviter les influences négatives	7'21
○ L'importance de savoir dire non au travail	7'01
○ Comment dire non sans culpabiliser	10'47
○ 5 étapes pour lâcher prise rapidement	6'18
○ Nos exercices de respiration pour combattre le stress et l'anxiété	12'57
○ La MINDFULNESS, la méditation pleine conscience	8'27
○ L'EFT ou Emotional Freedom Technique pour	

réduire le stress

13'40

TOTAL :

3'19'10

- **Module 20 et 21 : Le management public : approches conceptuelles et enjeux de pilotage**

- Étude de cas

30'00

- Quiz Final

5'00

- Test de satisfaction

5'00

TOTAL :

15'05'54

+ contenu PDF

3'00'00

+ contenu management public

2'40'00

TOTAL :

20'45'54