

## POUR QUI ?

→ Managers de petites structures

## PRÉREQUIS

- Expérience en management d'équipe
- Avoir réalisé le test d'intelligence émotionnelle fourni en ligne préalablement à la formation

## ORGANISATION

- Convention structure cliente
- Évaluation des connaissances en ligne suite à la formation
- Un certificat de réalisation délivré à chaque participant
- La formation n'est disponible qu'en intra. Elle pourra se réaliser aux dates concertées avec un délai minimum de 3 semaines après la signature de la convention.

## HANDICAP

- Contactez-nous pour étudier ensemble les possibilités de suivre nos formations.

## HONORAIRES au 15/11/2023

- 2 jours d'animation à 1500 € TTC/jour frais inclus, soit 3000 €

## VOTRE FORMATEUR

*Bernard DENIS*

- Master 2 RH Paris-Sorbonne
- 30 ans d'expérience en conduite de projets, management des hommes et des équipes  
Ancien DRH
- Expérience en entreprises privées, organismes publics et OTSI, CDT, ADT, CRT...
- Certification tests psychométriques, connaissance psychologie du travail

# OPTIMISER VOTRE CAPACITÉ À MANAGER

Formation Management

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

**À l'issue de cette formation, le participant sera capable de :**

Connaître son intelligence émotionnelle et détecter ses zones d'effort

Mieux identifier les situations de stress et de conflit en situation de management

Développer la communication interpersonnelle avec les membres de son équipe

Accroître ou relancer sa capacité à manager

## PROGRAMME (14H DE FORMATION)

### **Jour 1 IDENTIFIER LES FACTEURS DE CONFLIT ET DE STRESS EN SITUATION DE MANAGEMENT**

**Connaître et comprendre son intelligence émotionnelle :**

- intelligence émotionnelle et personnalité
- votre quotient émotionnel (*restitution des résultats au test, échanges*)

**Détecter et analyser les facteurs de stress :**

- le stress, ses sources et l'anxiété
- stress et émotions : mécanismes, identification, contrôle
- identifier les facteurs de stress (*chez soi, chez les autres*)

**Quizz - stress :**

- comment communiquer, résoudre les conflits et identifier les situations critiques en management

### **Jour 2 SE PRÉPARER À MIEUX MANAGER SES ÉQUIPES**

**Détecter et analyser les situations critiques :**

- le conflit : objet, causes potentielles, indicateurs
- reconnaître et analyser les différents types de conflits

**Gérer les comportements /**

**Développer la relation interpersonnelle :**

- exercices : reconnaître les signaux (*observation, analyse*)
- reconnaître et utiliser les émotions, décider et conclure

**Bilan et actions en suivi post formation :**

- questions/réponses, plan d'action, évaluation

## MÉTHODE ET TECHNIQUES UTILISÉES

- Test de management en ligne commenté le premier jour
- Exercices, exemples, analyse de documents
- Apports méthodologiques, conseils, ateliers de réflexion...
- Privilégier l'échange et l'interactivité avec les participants

## Contactez-nous

☎ 05 61 66 04 99

✉ frederic@genesis-conseil.com

🖱 [www.genesis-conseil.com](http://www.genesis-conseil.com)