



## PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE



# Manager sans stress et avec bienveillance

Durée : 2 jours – 14 heures

### OBJECTIFS

- ✓ Situer le management bienveillant
- ✓ Identifier les conséquences négatives d'un management qui engendre des risques psychosociaux
- ✓ Gagner en assertivité afin d'appliquer à soi-même les principes du management bienveillant
- ✓ Mesurer l'impact du facteur « personnalité » dans les RPS
- ✓ Développer son capital empathique
- ✓ Responsabiliser et autonomiser ses équipes
- ✓ Savoir valoriser, féliciter et célébrer
- ✓ Donner le droit à l'erreur

### PUBLIC

Tout manager

### PRE REQUIS

Aucun

### PROGRAMME

#### Situer le management bienveillant

- Différencier bienveillance et gentillesse
- Connaitre les 6 piliers du management bienveillant
- Comprendre les effets positifs du management bienveillant

### **Comprendre les problématiques du manager et les risques psychosociaux liés au management**

- Mieux comprendre la réalité du manager d'aujourd'hui
  - Déchiffrer l'évolution du monde du travail et les effets du changement sur les pratiques d'entreprise
  - Quels sont les impacts sur le management
- Les différents Risques Psycho-Sociaux et leurs conséquences
  - Stress professionnel
  - Harcèlement moral
  - Dépression, Burn out
- Quels sont les liens entre management et santé psychique
  - Comment le management impacte le mental des salariés
  - Dans quelle mesure le management est source de souffrance mais aussi de bien-être au travail
- L'impact du facteur « personnalité » dans les RPS
  - Etudier les différents modes de management et personnalités de managers, identifier leurs impacts
  - Etudier les différents types de comportement des salariés

### **Comment guider le manager pour éviter des comportements préjudiciables**

- Gagner en assertivité afin d'appliquer à soi-même les principes du management bienveillant
  - Renforcer son exemplarité
  - Développer son assertivité
  - Optimiser son coefficient émotionnel
- Développer son capital empathique
  - Différencier empathie, sympathie et compassion
  - Renforcer l'écoute active et empathique
  - Maîtriser son empathie sous tension : Méthode DESC
- Savoir valoriser, féliciter et célébrer
  - Reconnaître et valoriser ses collaborateurs
  - Pratiquer le feed-back à la manière d'un coach : Méthode SCORE
  - Appliquer le processus d'un feed-back réussi
- Donner le droit à l'erreur
  - Différencier l'erreur de la faute
  - Transformer les erreurs en pistes de progrès
  - Mener un recadrage constructif Gérer les situations conflictuelles au sein de l'équipe

## **MODALITES D'EVALUATION D'ATTEINTE DES OBJECTIFS**

Evaluation des compétences en début et en fin de formation

Évaluation des connaissances à chaque étape de la formation (via questionnaires, exercices, travaux pratiques, entretiens avec le formateur)

Questionnaire d'évaluation de satisfaction en fin de formation

## **MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRECIATION DES RESULTATS**

Feuilles de présences signées des participants et du formateur par demi-journée

Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation

## **MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES D'ENCADREMENT DES FORMATIONS**

**CTB FORMATION** – 29 rue de Sarre – 57070 METZ

Tel 03 87 15 47 69 – Mail: [c.tarditi@ctbformation.com](mailto:c.tarditi@ctbformation.com) – [www.ctbformation.com](http://www.ctbformation.com)

N° de SIRET: 839 127 297 00019 RCS Metz –Certificat QUALIOPi n° F0154



### Modalités pédagogiques :

Alternance d'apports théoriques, d'outils opérationnels et de méthodes

Cas pratiques directement liés aux situations professionnelles rencontrées par les participants

Mises en situation

Partage d'expériences

### Éléments matériels :

Support de cours au format numérique projeté sur écran et transmis au participant par mail à la fin de la formation

### Référent pédagogique et formateur :

Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation ; le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation