



**AQUILA CONSEIL
CONSEIL-FORMATION**

PROGRAMME DE FORMATION « Efficacité personnelle du manager »

Objectifs:

- Intégrer un management positif et engageant
- Connaître les outils de la gestion du stress au quotidien
- Comprendre l'intelligence émotionnelle dans la relation avec ses collaborateurs
- Développer une prise de parole en public efficace
- Animer et motiver une équipe
- Anticiper et prévenir les conflits, améliorer la qualité de vie au travail

Programme:

- Temps d'échanges, retours d'expérience du manager, regard sur ses forces et points d'amélioration

- Gérer le stress au quotidien:

Apprendre les différents moyens de prévention santé
Intégrer au quotidien les outils adaptés à la gestion du stress
S'approprier un programme personnalisé
Exercice

- Manager grâce à l'intelligence émotionnelle

Découvrir les différentes émotions et les bases de l'intelligence émotionnelle
Appréhender son style de management
Développer une relation authentique et harmonieuse avec ses collaborateurs et clients
Renforcer la confiance en soi
Incarnier sa congruence
Exercice

- Prendre la parole en public

Apprendre à poser la voix
Développer une posture d'ancrage
Incarnier un rayonnement pour faire passer les messages
Mise en situation

- Animer une équipe

Décoder les différentes personnalités et modes de communication
Assurer une implication des collaborateurs
Engager sereinement son équipe vers un objectif commun
Exercice

- Prévenir les conflits

Comprendre les rapports de force dans une équipe
Renforcer sa capacité d'écoute et de prise de recul
Désamorcer une relation conflictuelle
Intégrer les bases de la communication non violente
Développer la qualité de vie au travail
Mise en situation

Méthodes pédagogiques :

Supports pédagogiques, analyse des pratiques, exercices en groupe, évaluation, échanges libres

Durée: 3 jours soit 21 heures

Public: Salariés du secteur de la publicité

Tarif: 3000 euros HT

Lieu: SAS Kaneva, 17 rue Dessalle Possel 34000 Montpellier

Evaluation:

A chaud: contenu, les attentes, le suivi

Remise d'une attestation de formation

Formatrice :

Anne-Laure Marin, formatrice, auditrice interne ISO 9001, chef de projet prévention santé, intervenante RSE, coach de la Voie de l'Acte.

AQUILA CONSEIL

Organisme de formation, Conseil-Formation

48, rue de la colline Gray d'ambre 34980 Saint Gély du fesc

06 29 21 11 76 www.aquila-conseil.com

N° OF : 76340983534 Siret : 838 748 499 00012 8559A Datadock