

# Affirmation de soi et... courage managérial !

## Contexte

Garder le cap dans un environnement changeant et souvent anxiogène, répondre aux exigences accrues des collaborateurs, à une quête de sens maintenant incontournable... Face à ces enjeux, la question se pose, pour le manager, du "juste" positionnement relationnel.

Et si, dans une culture où l'on confond encore souvent "autorité" et "autoritarisme", développer son courage managérial était une voie vers la légitimité et la réussite collective ?

## Public

**Professionnels en situation d'encadrement ou s'inscrivant dans une dynamique de formation managériale.** Tout manager ou chef de projet désirant gagner en légitimité dans les situations – ou face à des personnalités – difficiles.

## Prérequis

Encadrer ou coordonner une équipe depuis 6 mois et/ou avoir suivi une formation aux bases du management.

## Durée

**3 jours non-consécutifs** (en intra, sur site ou à distance).

Intersession de 15 jours minimum.

## Objectifs

Proposer aux encadrants un temps de formation leur permettant de s'interroger sur leurs pratiques et acquérir les repères et connaissances indispensables **pour développer leur potentiel managérial, en conscience, éthique et responsabilité.**

- Définir et s'approprier les notions d'affirmation de soi et de courage managérial
- Repérer ses attitudes prédominantes dans les situations relationnelles ou contextes difficiles
- Utiliser ses émotions pour s'affirmer dans le respect de l'autre et développer l'impact de sa communication
- Installer les bonnes pratiques en matière d'affirmation de soi.

## Contenu pédagogique

### 1. Notion de "courage managérial"

- Définition, enjeux, composantes
- Contours et caractéristiques de l'assertivité
- Freins individuels à la mise en œuvre

## 2. Repérer ses attitudes dans les situations difficiles

- Mes réactions face à l'agression
- Caractéristiques de chacune des "3 + 1 attitudes" : comportements associés et conséquences
- De l'importance de gérer ses émotions pour gagner en affirmation

## 3. Faire de ses émotions des alliées

- Qu'est-ce qu'une émotion ?
- L'escalade des émotions
- Émotions, jeux de pouvoir et "racket" émotionnel (bases de l'A.T.)
- Les émotions propres à l'assertivité
- Exprimer ses émotions dans le respect de soi et de l'autre pour faire évoluer et renforcer la relation managériale

## 4. Se sentir légitime dans sa fonction managériale

- Déclaration des droits de chacun
- Je suis unique, et alors ? Place et rôle des soft skills dans le management
- Apprendre à dire, à dire "non"
- Zoom sur les entretiens du manager (dont l'entretien de recadrage)
- La prise de décisions (même impopulaires) : les assumer, les porter...

**Les méthodes pédagogiques utilisées alternent les apports théoriques, pratiques et méthodologiques. Une place de choix est accordée à l'expérience de l'apprenant :** degré de connaissance de la thématique, motivations, interrogations relatives aux problématiques rencontrées, impacts individuels et/ou collectifs résultants des pratiques managériales, axes de développement envisagés...

Elles s'appuient sur 3 essentiels :

### **Prise de conscience – Apprentissage – Mise en action**

Un support de formation est remis (ou envoyé) aux participants. Celui-ci peut prendre la forme de "fiches-outils" et/ou d'un diaporama PDF - possiblement complété(s) par des ressources additionnelles.

### **Évaluations diagnostique, formative et sommative.**

Suite à la formation et en appui du bilan écrit, un temps de bilan en visio est organisé avec le donneur d'ordres.

Une attestation de formation est remise à chaque participant.

Me consulter.

Le prix de cette action est un prix global qui, outre les coûts d'animation et de déplacement, est susceptible d'intégrer d'autres prestations – à commencer par l'adaptation de la formation au contexte tout particulier de la structure.

*Agir et donner sens*

Marie Laurent EI - 4/83, Résidence Flandre - 59170 CROIX - Tél : 06 32 49 54 71

SIRET : 451 778 617 00030 / NAF : 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 31 59 06412 59 auprès du Préfet de région des Hauts-de-France

Méthodes  
pédagogiques

Modalités  
d'évaluation

Prix