

## Objectifs

- Changer de mindset
- Communiquer
- Encadrer une équipe
- Gérer son stress
- S'organiser
- Piloter un projet
- Gérer ses émotions
- Gérer un conflit
- Dépasser le syndrome de l'imposteur

## Public

Managers &  
Responsables d'équipes

Peut s'adresser à tous les publics

## Prérequis

Aucun

## Méthodes pédagogiques

- Entretiens individuels
- Ecoute
- Analyse de situations concrètes
- Questionnement
- Dialogue orienté vers les solutions
- Mentoring
- Evaluation de stratégies et de risques
- Prise de recul

Le parcours de formation se déroule de la façon suivante :

- Huit séances
- Séances de soixante minutes en individuel
- Durée maximale : huit mois

La première séance permet de prendre contact, de partager la situation du stagiaire, ses objectifs d'évolution, ses enjeux et de poser le cadre de travail.

Chaque séance ensuite suit un déroulement type :

### Actualité du stagiaire

Le stagiaire exprime ce qui s'est passé entre les deux séances :

- A-t-il pu mettre en œuvre ce qui avait été convenu ?
- Quels événements se sont produits ? Comment les a-t-il vécus ?
- Quels sont les prochaines échéances ? Comment les anticipe-t-il ?

On en déduit des sujets de travail

### Pour chaque sujet retenu

Par le biais d'une alternance de postures basses (alternances, questions) et hautes (récits d'expériences similaires, partage d'interprétations) :

- Le stagiaire met des mots sur les choses, prend du recul
- Le stagiaire a accès à d'autres interprétations de ce qui s'est passé ou va se passer, les avantages et inconvénients de telle ou telle stratégie.
- Le stagiaire gagne en connaissance sur ce qui se fait en général dans sa situation

Il est donc à la fois :

- Mieux armé pour adresser le sujet ponctuel
- Formé pour des sujets similaires à l'avenir