Programme de formation

Développer un leadership conscient, authentique et durable.

Public concerné :

Dirigeants, managers, cadres, responsables d'équipe et porteurs de projets.

Prérequis :

Être en situation de responsabilité ou d'encadrement.

Durée & modalités pratiques :

- 2 jours de formation (14 heures)
- Formation en présentiel
- Format intra ou inter-entreprise
- Groupe de 4 à 10 participants maximum

Objectif de formation :

Développer un leadership conscient pour décider, communiquer et agir avec discernement, en cohérence avec ses valeurs, ses responsabilités et ses objectifs.

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

<u>1. Comprendre leurs mécanismes internes et leur influence sur leur posture de leader</u>

- Identifier leurs schémas mentaux, leurs modes de fonctionnement et les facteurs susceptibles de générer une surcharge mentale.
- Repérer les manifestations émotionnelles et corporelles liées à leurs états de tension ou de surcharge.
- Identifier leurs réactions automatiques et leurs mécanismes de régulation.
- Expérimenter des outils de recentrage et de régulation adaptés à leur fonctionnement et à leur quotidien professionnel.

www.juliebaudoin.fr

2. Développer leur stabilité intérieure et affirmer une posture authentique

- Reconnaître et accepter les contraintes et les réalités qui échappent à leur contrôle.
- Identifier et clarifier leurs besoins, leurs attentes, leurs valeurs, leurs responsabilités et leurs limites.
- Exprimer leurs ressentis, désaccords et contradictions avec assertivité.
- Affirmer leur positionnement, formuler des feedbacks et poser un cadre relationnel dans le respect de soi et des autres.

3. Renforcer leur discernement dans leurs décisions et leurs actions

- Distinguer les faits, les perceptions, les interprétations et les projections.
- Faire appel à leur boussole intérieure pour éclairer leurs choix et orienter leurs décisions.
- Prendre du recul sur une situation pour en analyser les enjeux et identifier les différentes possibilités d'action.
- Construire des réponses et des scénarios d'action cohérents avec leurs intentions et leur positionnement.

4. Incarner un leadership conscient et durable dans leurs pratiques professionnelles

- Définir les qualités et les comportements qu'ils souhaitent développer dans leur posture de leader.
- Se projeter dans des situations professionnelles en cohérence avec leurs intentions et leurs valeurs.
- Expérimenter de nouvelles façons de décider, communiquer et interagir.
- Construire un plan d'ancrage personnel pour faire évoluer durablement leurs pratiques.

Modalités d'évaluation :

L'acquisition des compétences est évaluée tout au long de la formation, à partir de temps de réflexion, d'exercices pratiques et de situations professionnelles.

- Auto-évaluation avant et après la formation pour mesurer l'évolution de leur perception de leur posture de leader.
- Évaluation formative tout au long du parcours, à partir des exercices et des productions individuelles.
- Études de cas et mises en situation pour observer la capacité à analyser une situation, prendre du recul et ajuster sa posture.
- Élaboration d'un plan d'ancrage individuel et validation des acquis au regard des objectifs pédagogiques.

www.juliebaudoin.fr