



**Leadership : Maîtrise émotionnelle et
résilience au service de la performance**



Leadership : Maîtrise émotionnelle et résilience au service de la performance

OBJECTIF PROFESSIONNEL VISÉ

Cette formation vous aide à développer des compétences managériales clés en un temps réduit : maîtriser vos émotions, renforcer l'esprit d'équipe pour stimuler la performance collective, et transformer les échecs en opportunités grâce à la résilience.

Objectifs opérationnels de la formation :

- Développer des compétences managériales puissantes dans un temps décisionnel réduit
- Acquérir les outils et méthodes nécessaires pour faire preuve de maîtrise émotionnelle
- Développer un sentiment d'appartenance au service de la performance individuelle et collective
- Apprendre à Rebondir après l'échec

NATURE DE L'ACTION DE FORMATION

Action réalisée en présentiel ou distanciel et en intra ou inter entreprise Durée : 1 jour soit 7 heures
Horaires de formation : 09h-12h30 et 13h30-17h00

DELAI D'ACCES A LA FORMATION

2 semaines minimum à la date de la demande de formation

MODALITES D'INSCRIPTION

Contactez-nous à contact@popmood.fr ou 07 86 51 28 29 - Réponse sous 48h

PUBLIC VISÉ

Managers, responsables RH, dirigeants et encadrants d'équipes.
Toute personne souhaitant améliorer l'implication de ses équipes.

À L'ATTENTION DES PERSONNES AYANT BESOIN D'UNE AMÉLIORATION SPÉCIFIQUE POUR LEUR FORMATION

Notre organisme peut vous offrir des possibilités d'adaptation et/ou de compensations spécifiques si elles sont nécessaires à l'amélioration de vos apprentissages sur cette formation. Aussi si vous rencontrez une quelconque difficulté nous vous remercions de contacter Yoann BROUZENG directement au 0786512829 ou par email à l'adresse yoann@popmood.fr

PRÉREQUIS DES STAGIAIRES AVANT FORMATION

Aucun Prérequis spécifique

TAUX DE SATISFACTION DES STAGIAIRES

Taux de satisfaction : 90%

Taux de recommandation : 100%

Leadership : Maîtrise émotionnelle et résilience au service de la performance

FORMATEURS

- Marc Bollengier (marc.bollengier@gmail.com - 0650561242) : Formateur passionné et arbitre de Ligue 1, il allie expertise en gestion du stress et leadership. Son approche concrète et humaine apporte des outils adaptés pour améliorer le bien-être et la performance au travail.

CONTENU DU PROGRAMME DE L'ACTION DE FORMATION

Introduction et compréhension du triptyque managérial : Décision / Influence / Résilience :

1. Accueil des participants et présentation des objectifs de la formation.
2. Introduction à la posture managériale : enjeux et puissance managériale. - Présentation des facteurs clés des postures sous influences : stress, éléments humains, environnement anxiogène (stade vs groupe vs CODIR ...)
3. La préparation mentale au service de la prise de paroles (imagerie mentale, RETEX, travail respiratoire ...)
4. Développer un sentiment d'appartenance grâce au management collaboratif... Tout cela en maîtrisant les Hommes, les égos et les objectifs individuels.

Mise en œuvre et exercices pratiques : 1. Auto-évaluation et acceptation du diagnostic... Principe contraire de l'égo.

2. Savoir communiquer de manière directe et affirmée, tout en gardant l'adhésion des Hommes, du groupe, de l'équipe.
3. Suivi et évaluation des actions mises en place : comment mesurer l'influence de notre management ?
4. Conclusion.

METHODES ET OUTILS PEDAGOGIQUES UTILISES

- Participation active où l'expérimentation des participants est privilégiée
- Ateliers de mise en situation et études de cas • Méthodologie d'apprentissage attractive, interactive et participative
- Equilibre théorie / pratique : 50%/50%.
- Ressources documentaires en ligne et références mises à disposition par le formateur
- Diagnostic personnalisé du management au sein de l'entreprise des participants.

MOYENS MATERIELS UTILISES EN FORMATION

Pour les formations en présentiel, la salle de cours sera équipée d'un réseau WiFi, d'un tableau blanc ou paperboard.

Pour les formations en distanciel, un outil de visioconférence simple d'utilisation permettra également aux participants de partager leur écran. Chaque participant devra disposer d'une bonne connexion Internet, d'une webcam et d'un casque micro.

Leadership : Maîtrise émotionnelle et résilience au service de la performance

SUIVI ET ÉVALUATION TOUT AU LONG DE LA FORMATION

- Une feuille d'émargement est signée par les apprenants et les formateurs et par demi-journée de formation, elle permettra de justifier de la réalisation de la formation.
- Un questionnaire individuel de la satisfaction à chaud sera rempli à l'issue de la formation • Un certificat de réalisation individuel de la formation sera produit

En amont de la formation, un recueil des besoins permet de récolter des informations sur le stagiaire et ses attentes. Il réalise ensuite un auto-positionnement qui permet de mesurer son niveau de départ.

Évaluation continue au cours de la formation via des études de cas et des mises en situation.

A la fin de la formation, les stagiaires s'auto-positionnent pour mesurer l'acquisition de leurs compétences. Ils évaluent également la formation « à chaud » dans le cadre de notre amélioration continue ; puis « à froid », pour évaluer les apports réels de la formation et leurs mises en application dans leur quotidien.

Le formateur évalue chaque stagiaire et leurs compétences acquises pendant la formation. Il évalue également l'action de formation dans sa globalité.

SANCTION DE FIN DE FORMATION

Un certificat de réalisation est remis individuellement à chaque stagiaire et aux autres acteurs en fonction du besoin

DOCUMENTS CONTRACTUELS FOURNIS

Toutes les actions de formations dispensées font l'objet d'une convention de formation avec un règlement intérieur de la formation et les conditions de vente.

COÛT DE LA FORMATION

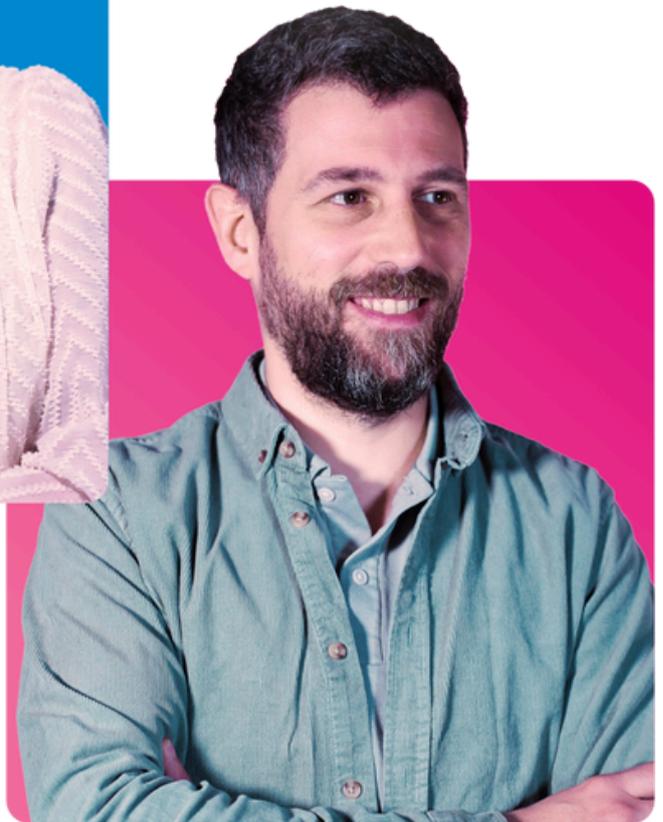
300 €HT par participant

Formation Intra, nous contacter

popmood



*Des professionnels engagés
pour le bien-être de vos
collaborateurs.*



Infos & Réservations

06 08 90 00 27

contact@popmood.fr