

## Formation Manager coach

**La complexité actuelle du monde du travail oblige à se poser des questions différentes pour atteindre le but de tout manager : faire grandir les talents, mobiliser les bonnes ressources dans une optique de réussite collective. Etre manager-coach, nécessite une adaptation à sa manière de gérer, de se comporter aussi bien pour le manager lui-même que pour les individus dont il (elle) a la responsabilité.**

**Etre manager-coach est avant tout une question de posture favorisant l'accompagnement aux changements, aux enjeux actuels et ce, dans un cadre déontologique préalablement défini par le service, l'organisation.**

Passer de manager à manager-coach est avant tout **UN ÉTAT D'ESPRIT**, au-delà de votre expertise et de votre savoir-faire.

Le manager-coach est celui qui se construit autour d'une volonté de:

**« Donner conscience à des hommes de la grandeur qu'ils ignorent en eux » Malraux**

### Objectifs

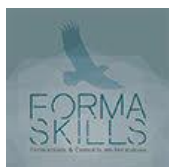
- Perfectionner ses acquis et développer de nouvelles compétences managériales.
- Savoir assurer à chacun de ses collaborateurs les moyens de son autonomie et les conditions de sa propre réussite.

### 1. LE RÔLE DU MANAGER-COACH

- Management / Leadership /coaching
- Différences et difficultés à l'exercer
- Accompagner le changement (posture / outils / digitalisation)
- 6 principes directeurs de la pratique du coaching
- Manager coach et situations adaptées de coaching

### 2. LES MÉTHODES DU MANAGER-COACH

- Méthodologie du coaching en 4 étapes
- Analyse de la situation au niveau de l'individu et du groupe selon les 3 dimensions du comportement de W. Schutz
- Manager-coach et gestion intergénérationnelle
- Manager-coach et fixation d'objectifs
- Rigidité et impact sur la relation de coaching
- Structuration de l'accompagnement en 5 points



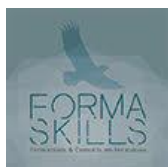
- Les techniques du coaching :
  - La démarche par objectifs
  - L'accompagnement-formation
  - L'entraînement
  - Le travail sur les représentations
  - La délégation
  - Le perfectionnement
  -

### 3. LES COMPÉTENCES DU MANAGER-COACH

- La gestion de son propre stress, évaluation de son niveau de stress avant toute posture de manager-coach
- Comment se décentrer pour se centrer sur l'autre
- La communication efficace
- Développer ses compétences d'écoute active et d'observations, pré-requis à toute relation
- S'appuyer sur les techniques :
  - Empathie
  - Reformulation
  - Stratégies de Questionnement
  - Savoir donner du feedback
  - La pratique du recadrage (de situation, d'objectif)
- Les conditions d'une bonne explication
- Les différentes attitudes en entretien : autodiagnostic
- Evaluation du niveau d'autonomie du coaché
- La pratique de signes de reconnaissance

### 4. AUTO-COACHING ET AGILITE DU MANAGER POUR ADOPTER LA BONNE POSTURE : LES OUTILS

- Comprendre et agir sur les facteurs du stress managérial :
  - respiration, centrage et processus intuitif
  - quelques techniques simples à mettre en œuvre en toute situation
- Agir ensuite sur les facteurs de stress de ses collaborateurs
- Savoir s'organiser de façon agile et gérer les priorités
- Développer et/ou renforcer son assertivité :
  - développer la confiance en soi
  - développer l'affirmation de soi
  - communiquer de façon non violente
  - s'affirmer de façon écologique
- Un exemple d'outil de gestion du stress: la méditation
  - Comprendre les bénéfices de la méditation sur les stress
  - S'essayer à quelques techniques de base
  - Expérimenter la méditation de pleine conscience
  - Découvrir la méditation active
  - Expérimenter la méditation active d'Osho
  - S'approprier quelques exercices simples
  - Proposer quelques outils à ses collaborateurs

**Tarifs :**

- 2750€ sans prise en charge
- 3000€ avec prise en charge

**Durée :** 35h/5 jours

Programme réparti sur 5 jours : 3 jours (points 1 à 3) du 03 au 05 décembre 2018 et 2 jours (point 4) du 14 au 15 février 2019

**Date :** Du 03 décembre au 05 décembre 2018 et du 14 au 15 février 2019

**Pré-requis :** Etre manager

**Rythme :** Cours du lundi au vendredi de 9h à 17h.

**Pauses**

- Le matin de 10h30 à 10h45
- Le midi de 12h30 à 13h30
- L'après-midi de 15h30 à 15h45