Manager : apprenez le lâcher-prise !

★★★★★

CG-34 **2 Jours (14 Heures)**

Description

Prendre du recul pour décider et piloter la performance de son équipe permet au manager de mieux gérer son stress et de trouver des solutions adaptées. Cette formation apporte des méthodes éprouvées pour développer son lâcher-prise, améliorer sa posture managériale et la maîtrise des évènements professionnels.

À qui s'adresse cette formation ?

Pour qui

Managers hiérarchiques ou transverses, responsables d'équipes, chef de projets.

Prérequis

Aucun.

Les objectifs de la formation

- Développer une approche systémique face aux évènements Relativiser les conséquences et s'ouvrir aux opportunités Piloter ses capacités attentionnelles et prendre des décisions efficaces Développer une vision globale et participative

Programme de la formation

Evaluer le niveau réel d'urgence et d'importance des activités

- Déterminer l'importance en fonction des rôles et des missions dans l'équipe.
- Résister à l'urgence et valider les conséquences.
- Définir les niveaux de priorité.
- Planifier les processus et les tâches de l'équipe.
- Exercice Etude de cas professionnels.
- Exercice: personnel : construire sa matrice d'Eisenhower.

Se détacher de la situation par l'approche systémique

- Développer une vision globale et à long terme.
- Identifier les points primordiaux et le résultat souhaité.
- Définir les objectifs opérationnels de l'équipe.
- Exercice Etude de cas professionnels.
- Travail de groupe sur la priorisation des actions.

Anticiper les conséquences et favoriser l'innovation

- Définir les scénarios possibles et les menaces liées.
- Bâtir des stratégies de contournement.
- Identifier les opportunités et les risques.
- Construire des objectifs fédérateurs et motivants en tenant compte des contraintes.
- Revoir les objectifs en fonction des besoins.
- Mise en situation Mise en situation sur entretien de recadrage opérationnel avec redéfinition des objectifs.

Renforcer ses capacités attentionnelles

- Comprendre le fonctionnement du système attentionnel.
- Apprendre à alterner attention focalisée et diffuse.
- Hiérarchiser les alertes pour gérer les phases attentionnelles.
- Identifier ses limites en fonction des personnalités.
- Anticiper les facteurs de non performance de l'équipe.
- Mise en situation Mise en situation filmée : résister aux sollicitations et maintenir le cap.

Améliorer sa prise de décision

- Adopter une analyse factuelle en contexte incertain.
- Comprendre le processus décisionnel en situation d'urgence.
- Développer une prise de décision collaborative et impliquer les acteurs.
- Sélectionner les meilleures options et décider en mode Agile.
- Mise en situation Mise en situation filmée : décider dans l'urgence.

Développer une vision constructive

- Focaliser l'attention du groupe sur la mise en oeuvre.
- Clarifier les objectifs et gérer les risques.
- Avancer pas à pas dans la résolution des problèmes.
- Etre tourné "solutions" plutôt que "risques".
- Relativiser les menaces et accepter les essais.
- Mise en situation Mise en situation : gérer un projet.