



**Programme 2022**

**MANAGER EN CONSCIENCE**

# FORMATION MANAGER EN CONSCIENCE

**Les clés d'un leadership positif et inspirant !**



Aloha formation propose des formations dans le domaine de l'efficacité professionnelle à ses clients. Cette formation est réalisée en visio en live. Elle vise à développer les soft skills personnelles et relationnelles pour **développer un leadership positif et inspirant.**

*La formation est une démarche règlementée par le Code du Travail. L'encadrement légal vise avant tout à protéger le bénéficiaire comme le précise l'article L.6313-1 du Code du Travail.*

## Les Fondamentaux de cette formation

Les exigences environnementales, l'évolution des mentalités, le climat d'incertitude et l'accélération perpétuelle questionnent notre manière d'être, de penser et d'agir. Le monde aspire à plus d'authenticité, d'équilibre, de simplicité, d'humain, de spiritualité. Cela pose les conditions d'une nécessaire transformation à tous les niveaux : personnelle, professionnelle et organisationnelle.

Ancrés dans nos habitudes et notre zone de confort, se réinventer n'est pas chose facile...

**L'enjeu de cette formation est de vous accompagner dans cette démarche de transformation.**

## Enjeux de la formation

A l'issue de cette formation, le bénéficiaire sera capable de :

- ✓ Trouver les clés pour sortir les tumultes du quotidien
- ✓ Reconnaître son style en tant que leader
- ✓ Créer du lien et établir un climat de confiance et de coopération
- ✓ Utiliser l'intelligence collective pour résoudre les problèmes
- ✓ Mobiliser et Susciter l'engagement



## Objectifs



C'est une formation pratique qui vise à changer son regard sur soi, sur l'autre et sur l'environnement pour aborder les choses de manière positive :

- Développer un état de confiance et de stabilité
- Asseoir son leadership
- Développer son intelligence émotionnelle
- Faire face à la complexité
- Coconstruire une vision et inspirer

## Public et accessibilité



Cette formule s'adresse aux managers de découvrir des pratiques nouvelles. Elle est **accessible à tous** et ne nécessite aucun prérequis.

**Si vous pensez être en situation de handicap, merci de bien vouloir nous contacter** pour évaluer ensemble vos besoins et voir quelles solutions sont envisageables pour vous accompagner de manière optimale ou vous proposer une alternative.

## Modalités



Cette formule est un accompagnement de groupe à distance (visio) de 15h réparties en 5 workshops de 3h00 à raison de 1 séance par mois. Le nombre de personnes est limité à 10.

Les workshops sont planifiés en amont et accessibles via le planning ci-après.

***Une formule d'accompagnement en INTRA ENTREPRISE peut être envisagée sur demande avec une formule condensée sur 4 demi-journées. Programme et devis sur commande.***

***Une formule d'accompagnement sous forme de COACHING INDIVIDUEL est également possible. Cf bulletin d'inscription.***

## Délais d'accès



Dès que vous nous contactez, nous fixons ensemble un premier rendez-vous permettant d'analyser votre demande et vos attentes. Ce premier rendez-vous est gratuit et sans engagement.

A l'issue de ce rendez-vous, vous pourrez vous inscrire via le bulletin ci-après. Nous établirons alors un contrat de prestation (ou convention de formation pour les entreprises) sur la période souhaitée.

## Contenu & démarche



Cette formation s'appuie sur une démarche holistique composé de 5 workshops de 3h.

Chaque workshop présente une thématique qui permet de développer des softskills associées à un leadership positif et inspirant.

Cette approche aide à renouer avec la vie en soi, cette dynamique porteuse de confiance, d'élan, de créativité, qui libère nos référentiels étriqués, ouvre l'imaginaire à de nouveaux possibles et offre la possibilité de se réinventer !

### Workshop 1

## RESTER STABLE FACE AUX DEFIS DU QUOTIDIEN

### Développer un état de disponibilité, Être présent à soi

#### Objectif pédagogique : Gérer son stress et ses émotions, développer la maîtrise de soi

- Comprendre les ressorts d'une bonne gestion des émotions et du stress
- Accueillir les parasitages (filtres, interprétation, émotions) pour mieux s'en détacher
- Découvrir la posture pour se sentir assuré et en sécurité

#### Apports pédagogiques :

- ❖ Les piliers de Goleman
- ❖ Les messages contraignants et autres drivers
- ❖ Les effets de la méditation sur le fonctionnement cérébral

### Workshop 2

## RECONNAITRE SON STYLE EN TANT QUE LEADER

### Asseoir son leadership

#### Objectif pédagogique : Identifier ses talents, développer la confiance en soi

- Reconnaître son mode de fonctionnement privilégié
- Découvrir les différents tempéraments de leader
- Identifier les axes pour développer son potentiel

#### Outils pédagogiques :

- ❖ Le Profil MBTI
- ❖ Les états du Moi de Eric Bern
- ❖ La posture de Amy Cuddy

### Workshop 3

## DECOUVRIR LA POSTURE DU SERVANT LEADER

### Se recentrer sur l'Humain, Développer un état de présence à l'autre

#### Objectif pédagogique : Poser un climat de confiance et de coopération

- Repérer les atouts d'un leadership inspirant, distinguer bienveillance et complaisance
- Développer l'écoute active et l'empathie et construire des relations positives
- Recadrer avec tact, donner des signes de reconnaissance pour nourrir la relation

#### Outils pédagogiques :

- ❖ Le concept de Robert K. Greenleaf
- ❖ Le ratio de Losada
- ❖ Les positions de vie de Eric Bern & les clés de la CNV

### Workshop 4

## FAIRE FACE A LA COMPEXITE

### Développer son agilité et Interagir avec advenir

#### Objectif pédagogique : Utiliser l'intelligence collective pour résoudre les problèmes

- Changer son rapport au temps et s'ouvrir à l'advenir : du contrôle à la confiance
- Changer de mindset et aborder les problèmes comme des défis : de l'objectif à l'intention
- Responsabiliser et stimuler l'intelligence collective

#### Outils pédagogiques :

- ❖ Le concept de codeveloppement
- ❖ Matrice de la maturité relationnelle
- ❖ Le principe du questionnement maieutique

## Workshop 5

### UTILISER LE SENS COMME LEVIER ENERGETIQUE

#### S'ouvrir à un leadership éclairé

##### Objectif pédagogique : Mobiliser, Inspirer et Susciter l'engagement

- Se reconnecter à sa profondeur et enrichir sa prise de décisions rationnelle en intégrant des informations intuitives
- Questionner sa mission en tant que leader et son influence à travers une éventuelle contribution sociétale
- Stimuler l'imaginaire collectif et coconstruire une vision partagée

##### Outils pédagogiques :

- ❖ *La spirale dynamique*
- ❖ *3 cercles d'or de Simon Sinek*
- ❖ *La théorie du physicien Philippe Guillemant*

## Modalité d'évaluation de la formation



- Aloha Formation évalue les stagiaires sur la base de questionnaire d'évaluation des connaissances. Pour ce faire, elle utilise des QCM de connaissance du domaine ainsi qu'un questionnaire qui permettent de contrôler la bonne acquisition des compétences par le stagiaire. L'évaluation a lieu avant la formation (niveau de départ) et à l'issue (niveau des acquis suite à la formation).
- A l'issue de la formation, le formateur se prononcera sur l'acquisition des différentes compétences.
- Un questionnaire à chaud et à froid permettront par ailleurs d'évaluer la qualité de la formation.

## Lieu



L'accompagnement se fait à distance en visio. Le lien d'accès assorti n'est communiqué après validation de l'inscription et la signature du contrat de prestation.

## Tarifs



Se référer aux tarifs indiqués sur le bulletin d'inscription.

## Formateurs



Les ateliers sont assurés par Myriam Soulier, coach certifiée MBTI, co-développement, praticienne narrative, maître-praticienne en PNL, praticienne en hypnose et pédagogie perceptive. Vous pouvez retrouver son profil sur notre site [www.aloha-formation.com](http://www.aloha-formation.com).

## Méthodes et moyens pédagogiques

Cette formation s'appuie sur une démarche holistique composé de 5 workshops de 3h. L'effectif est limité à 10 personnes pour favoriser les interactions. Adapte du codéveloppement, Aloha Formation est attachée au partage d'expériences.



Influencée par différents courants de pensée, les archétypes de Jung, les niveaux de conscience de Graves, le flow de Csíkszentmihályi, attachée à la démarche créative et à l'hypnose, nourrie par la psychologie corporelle et la conscience des rythmes du vivant, Aloha Formation a développé une approche unique qui nous reconnecte aux différentes dimensions de notre Être : le mental, le corps, les émotions, l'inconscient et l'intuition.

Une grille d'autoévaluation des compétences acquises permet de suivre l'avancement de la progression. Un livret de bord répertoriant le suivi des pratiques permet de mesurer l'engagement.

## Satisfaction



Note moyenne donnée par les participants à la formation (2020) : en cours d'évaluation



## Agenda 2022

Sessions	Dates
1	<b>Les jeudis de 18h30 à 21h30</b> 21 Avril 2022 19 Mai 2022 23 Juin 2022 22 Septembre 2022 20 Octobre juin 2022
2	<b>Les vendredis de 9h30 à 12h30</b> 6 Mai 2022 3 Juin 2022 2 Septembre 2022 7 Octobre 2022 4 Novembre 2022

# BULLETIN D'INSCRIPTION 2022 :

## Manager en conscience

TYPE DE FACTURATION :  Entreprise / Micro entreprise / Profession libérale / Association

Particulier

### COORDONNÉES DU PARTICIPANT

Nom et prénom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Téléphone fixe : ..... Mobile : .....

E-mail : ..... Profession : .....

Par qui ou par quel moyen, avez-vous eu connaissance de cette formation ? .....

### PRISE EN CHARGE PAR L'ENTREPRISE *pour établissement du contrat de prestation et facturation*

Forme juridique : ..... SIRET : .....

Raison sociale : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Nom du signataire : ..... Fonction : .....

Téléphone fixe : ..... Mobile : ..... Fax : .....

E-mail : .....

### TARIF

Manager en conscience	Tarifs entreprise	Tarifs particulier
<b>Choix de la session</b> <i>Indiquez la période choisie</i>		
15h en DISTANCIEL 5 workshop de 3H	1.500€ HT / participant + 20% TVA soit 300€ HT le workshop	750 € TTC Soit 150€ le workshop
<b>Coaching individuel</b> 10 séances de 1H30	3.000€ HT + 20% TVA Soit 200€ HT/H, 300€ HT la séance	1.500 € TTC Soit 150€ la séance

### CONDITIONS

- À réception du présent bulletin d'inscription dûment complété, nous vous confirmerons la prise en compte de votre inscription par email.
- Si vous êtes un professionnel, vous recevrez ultérieurement une convention de formation dont un exemplaire devra nous être **retourné dûment signé et accompagné du règlement du prix de la prestation. Votre inscription sera effective à réception de la convention et du règlement total du prix de la formation** (exception faite des financements OPCO et institutionnels).
- Si vous êtes un particulier, vous prenez en charge personnellement, vous recevrez ultérieurement un contrat de prestation, en deux exemplaires dont un devra nous être retourné signé. Votre inscription sera effective passé le délai de rétractation de **14 jours** après réception du dit document par l'Aloha Formation et **versement de la totalité** du prix de l'atelier.

Cachet de l'entreprise :

Date :

Signature :

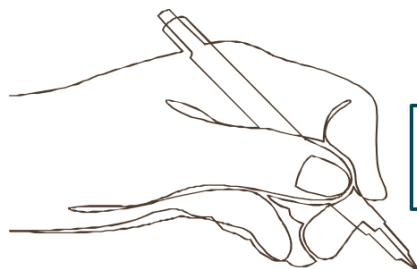
**ALOHA FORMATION** - EURL de 1 500 euros  
RCS Bordeaux 528 653 322 00024 - TVA intracommunautaire FR84528653322 - Code APE 8559  
Organisme de formation enregistré sous le n° 72 33 09 387 33





# Cheminer en conscience

REINVENTER NOTRE MANIÈRE D'ÊTRE ET DE TRAVAILLER



#### Renseignements et inscription

Contacter Myriam Soulier

**T** +33 (0)6 18 48 34 09

**E** [contact@myriam-soulier.fr](mailto:contact@myriam-soulier.fr)