

Utiliser ses émotions pour manager le changement

Qui dit changement dit « rupture » : ce qui était ne sera plus. Une équipe ou une organisation en changement se retrouve en situation d'insécurité. En tant que leader / manager, il ne s'agit de « faire comme si » mais d'apprendre en conscience à travailler avec ses émotions, les siennes comme celles de son équipe.

OBJECTIFS

- Reconnaître l'étape émotionnelle dans laquelle se trouve son équipe
- Apprendre à mieux comprendre et maîtriser ses propres émotions en tant que manager
- Prendre en compte les émotions de son équipe et agir de façon appropriée

PROGRAMME

Découvrir les spécificités émotionnelles du changement et faire un état des lieux

- Prendre connaissance des différentes étapes du changement
- Découvrir le "processus de deuil"
- Apprendre à décoder les non-dits
- Identifier à quelle étape se trouve mon équipe
 - > Echange d'expériences
 - > Réflexion partagée sur ce qui s'est joué pour l'équipe et qui a été méconnu par le manager

Manager efficacement en utilisant l'accompagnement approprié à la situation

- Faire sortir du déni
- Canaliser la colère
- Accueillir la tristesse
- Traverser la peur
- Nourrir l'acceptation
- Fêter le changement réussi
 - > Entraînements individualisés sur des cas concrets
 - > Mises en situation filmées
 - > Fiches mémo "les essentiels du management émotionnel du changement"

En tant que leader / manager, être au clair avec ses émotions

- Distinguer les émotions des pensées et des comportements
- Décrypter ses émotions
- Apprendre à anticiper ses routines négatives et identifier les moyens de les déjouer
- Exprimer ses émotions pour être modélisant
 - > Autodiagnostic de ses routines émotionnelles

 **2 jours**

prix par participant

1 460 € HT

code formation : CH03

option restauration

18 € par jour



PRESENTIEL

LES + TANIT FORMATION

- Un formateur coach certifié ayant l'expérience du management, de la conduite du changement et ayant travaillé sur les émotions
- Une formation qui s'appuie sur l'expérience vécue des participants
- Des apprentissages à la fois opérationnels et personnels

POUR QUI ?

- Toute personne en responsabilité d'équipe ou de projets : dirigeant, manager ou chef de projet

PRÉ-REQUIS

- Avoir une expérience (même brève) du management d'équipe ou de projet

SESSIONS

Paris

- 8-9 avr. 2025
- 13-14 mai 2025
- 17-18 juin 2025
- 23-24 sept. 2025
- 7-8 oct. 2025
- 18-19 nov. 2025
- 2-3 déc. 2025

> Réflexion individuelle sur son plan de progression potentiel

Agir avec ses émotions et devenir modélisant pour son équipe

- Se préparer à accueillir les émotions de son équipe
 - Canaliser ses émotions
 - Apprendre à exprimer ses émotions avec transparence et justesse
 - Faciliter l'expression de ses besoins et de ceux de l'équipe
 - Définir les conditions qui vont permettre de sortir efficacement de la confusion
- > Entraînements individualisés sur des cas concrets ou à partir d'expériences vécues
- > Mises en situation filmées
- > Feed-back individualisé

STAGE / FORMATION

Intitulé _____
Code _____
Date _____ Lieu _____
Prix HT _____ + TVA (taux en vigueur de 20%) _____ Prix TTC _____
Nombre de repas _____ Prix total des repas _____

BULLETIN D'INSCRIPTION

ENTREPRISE

Raison sociale _____
N° SIRET _____ N° TVA _____ Effectif _____
Adresse _____
Tél. _____ Fax. _____

Responsable Formation

M. Mme
Nom _____ Prénom _____
Fonction _____ Tél.(ld) _____
Email _____

PARTICIPANTS

M. Mme
Nom _____ Prénom _____
Fonction _____ Tél.(ld) _____
Email _____

FACTURATION / FINANCEMENT

Adresse de facturation (indispensable)

Un numéro de bon de commande interne à votre entreprise doit-il
apparaître sur votre facture ?

Oui Non
Si oui, numéro _____

Le financement de votre formation passera-t-il par un OPCA ?

Oui Non
Numéro de prise en Charge _____

Adresse de votre OPCA _____

RÈGLEMENT

Ci-joint un chèque de _____ € TTC
(à l'ordre de Tanit Formation)

Par virement à notre banque :

CIC PARIS MOGADOR
FR76 3006 6107 4100 0200 8570 337 BIC : CMCIFRPP

Nom _____
Prénom _____

Date _____

Signature et cachet de l'entreprise (obligatoire)

Si l'accord de prise en charge de l'OPCA ne parvient pas à Tanit Formation au premier jour de la formation, Tanit Formation se réserve le droit de facturer la totalité des frais de formation au client.