Qualité de Vie au Travail | Leadership conscient et Management bienveillant

14 heures
FR002

Objectifs pédagogiques
Dans un contexte complexe et pluridisciplinaire qui est celui du monde hospitalier, les objectifs de cette formation sont :

- Comprendre, intégrer et optimiser son potentiel afin d'être pleinement conscient de Soi; voir avec un regard neuf, ressentir à partir du terrain, être présent avec tous ses sens.
- Innover en créant de nouveaux modèles selon l'intelligence collective.

Public(s)
Managers

Pré-requis
Aucun

Modalités pédagogiques
Cette formation se déroule sur 2 jours consécutifs pour un groupe de 8 à 15 personnes.

Moyens et supports pédagogiques
Support de formation par apprenant

Modalités d'évaluation et de suivi
Évaluation en cours et en fin de formation
Cette formation ne fait pas l'objet d'un contrôle des acquis via une certification

Formateur

Programme

La notion de leadership conscient implique un niveau supérieur de conscience de soi et de son environnement. Il y a donc 2 façons d'aborder ce thème dans un ordre précis :

- La première est un travail centré sur le manager afin que la personne qui dirige soit authentique & consciente et qu'elle oeuvre dans l'intérêt du plus grand nombre de parties prenantes de son environnement.
- La deuxième est d'insuffler au manager le développement de l'intelligence collective, fruit d'un processus de synergie permettant à un groupe de générer des idées et des solutions qui vont au-delà des contributions individuelles

JOUR 1

- Le leadership, ou comment être leader de son énergie : connaissance de soi et de son pouvoir personnel.
- Comprendre les différents types d'émotions et leurs impacts sur la relation humaine, quelles en sont les conséquences comportementales ?
- Développer sa capacité à mieux appréhender un système entier par le Tai Ji.
- Découvrir comment sommes nous constitués sur le plan Physique, Émotionnel & Mental. Quelle possibilité pour apaiser le plan du mental en excès ?
- Exercices respiratoires de gestion du stress et de clarification.
- Exercices d'ancrage et d'alignement.
- Analyse des masques de la personnalité et des nombreux filtres biaisant la communication véritable.
- Développer son potentiel interne selon les 5 modalités.
- Intégrer la notion de Conscience, de calme et d'espace intérieur.
- Exercice pour accéder un instant à cet état de tranquillité intérieure.

JOUR 2

- Leadership Conscient et théorie U
- En quoi ce qui a été vu le premier jour en terme de Conscience à Soi va permettre aujourd'hui de développer l'intelligence collective?
- Exercices respiratoires de gestion du stress et de clarification.
- Exercices d'ancrage et d'alignement.
- Exercice pour accéder un instant en un état de tranquillité intérieure.
- Mises en situation; comment créer et développer une véritable intelligence collective par la présence & l'intuition? La conscience & le cœur ?
- Découvrir un nouvel abord conscient & créatif qui révolutionne la résolution de problèmes.
- Développer 3 axes de bienveillance : culture du dialogue, vision partagée & pensée systémique en fonction du contexte et de l'environnement.