



Développer son leadership et ses Soft Skills

Femme leader : développez votre leadership

2 jours (14h00) | ★★★★★ 4,6/5 | MGLEA-FEM | Évaluation qualitative de fin de stage |
Formation délivrée en présentiel ou distanciel

Formations Management & soft skills › Management des équipes et des personnes › Développer son leadership et ses Soft Skills

Contenu mis à jour le 13/10/2023. Document téléchargé le 23/05/2024.

Objectifs de formation

A l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Reconnaître les codes et postures en milieu professionnel
- Développer une posture de leader respectueuse de soi
- Fléchir le syndrome de l'imposteur
- Développer votre assertivité en utilisant l'intelligence émotionnelle
- Développer votre image et votre réseau en milieu professionnel en agissant en harmonie avec vos valeurs.

Modalités, méthodes et moyens pédagogiques

Formation délivrée en présentiel ou distanciel* (blended-learning, e-learning, classe virtuelle, présentiel à distance).

Le formateur alterne entre méthode** démonstrative, interrogative et active (via des travaux pratiques et/ou des mises en situation).

Variables suivant les formations, les moyens pédagogiques mis en oeuvre sont :

- Ordinateurs Mac ou PC (sauf pour certains cours de l'offre Management), connexion internet fibre, tableau blanc ou paperboard, vidéoprojecteur ou écran tactile interactif (pour le distanciel)
- Environnements de formation installés sur les postes de travail ou en ligne
- Supports de cours et exercices

En cas de formation intra sur site externe à M2i, le client s'assure et s'engage également à avoir toutes les ressources matérielles pédagogiques nécessaires (équipements informatiques...) au bon déroulement de l'action de formation visée conformément aux prérequis indiqués dans le programme de formation communiqué.

* nous consulter pour la faisabilité en distanciel

** ratio variable selon le cours suivi

Prérequis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

Public concerné

Femmes cadres, managers (hommes ou femmes) d'équipe.

Cette formation :

- Est animée par un consultant-formateur dont les compétences techniques, professionnelles et pédagogiques ont été validées par des diplômes et/ou testées et approuvées par l'éditeur et/ou par M2i Formation
- Bénéficie d'un suivi de son exécution par une feuille de présence émarginée par demi-journée par les stagiaires et le formateur.

Programme

Introduction

- Présentation de chacun
- Attentes et objectifs visés de chaque participant
- Présentation de la formation

Décoder les postures en milieu professionnel

- Les filtres et les biais cognitifs : comment créons-nous notre représentation du monde ?
- Les stéréotypes de genre et leur impact dans le milieu professionnel
- Les représentations de la femme et du pouvoir
- Les SWOT du leader homme et du leader femme dans le milieu professionnel
- Son propre SWOT de leader en milieu professionnel
- Les règles du jeu "masculines" : les identifier et apprendre à en jouer

Développer une posture de leader respectueuse de soi

- Apprendre à se connaître / identifier son style de leadership / connaître ses "drivers" / identifier ses valeurs et ses besoins / ses ambitions et ses limites
- Comprendre les évolutions de la vision et des formes de leadership dans les organisations
- Rechercher son équilibre intellectuel, émotionnel, physique et prendre en compte son équilibre vie privée et professionnelle
- Gérer son stress en identifiant sa zone de réalisation

Mettre fin au syndrome de l'imposteur

- L'estime de soi : se situer et la renforcer
- Reconnaître ses talents
- Développer la confiance dans les autres pour augmenter la confiance en soi

Gérer ses émotions et en faire une force

- Savoir identifier ses émotions et leur manifestation
- Comprendre le regard des autres sur nos comportements émotionnels
- A quoi cela sert-il ?
- Comprendre la part des émotions dans les prises de décision, la conduite du changement, l'exercice du leadership

- La richesse émotionnelle des équipes : prendre en compte les émotions pour réussir collectivement

S'affirmer positivement

- L'affirmation de soi au féminin ?
- Rôles sociaux, confiance et préjugés
- Apprendre à écouter et développer son empathie
- S'exprimer avec assertivité : demander, refuser, réaliser un feedback

Développer son image : le marketing de soi

- Prendre conscience de son image et accroître son influence et son impact personnel
- Développer son réseau
- Accroître son influence et son impact personnel : les styles de communication et d'influence

Exemples de travaux pratiques (à titre indicatif)

- Code et posture
 - SWOT (forces, faiblesses et opportunités)
 - Jeu collectif de définition des règles en milieu professionnel
- Posture de leader
 - Tests d'auto-positionnement sur les styles personnels de leadership
 - Auto-diagnostic de ses "drivers" et jeu collectif d'identification de ses besoins
 - Exercice de gestion du stress
- Syndrome de l'imposteur
 - Auto-diagnostic de l'estime de soi
 - Test d'auto-positionnement de ses talents
 - Réflexions et actions individuelle et collective sur le renforcement de l'estime de soi
- Emotion
 - Jeu de rôles sur les émotions, leur manifestation et leur apport
 - L'effet miroir : ce que voit un homme quand les émotions s'expriment
- S'affirmer positivement
 - Entraînement à l'écoute active en sous-groupe
 - Jeux de rôles à partir de situations concrètes apportées par les participants ou l'animateur afin de développer un comportement assertif en toute situation
- Développer son image
 - Auto-diagnostic de son image perçue
 - Etablissement de son plan de communication
 - Mise en situation permettant d'expérimenter les différents styles de communication et d'influence : restitution et analyse individualisée

Synthèse de la session

- Réflexion sur les applications concrètes que chacun peut mettre en oeuvre dans son environnement
- Conseils personnalisés donnés par l'animateur à chaque participant
- Evaluation formative (quiz) permettant de valider les compétences acquises
- Bilan oral et évaluation à chaud

Le contenu de ce programme peut faire l'objet d'adaptation selon les niveaux, prérequis et besoins des apprenants.

Modalités d'évaluation des acquis

- En cours de formation, par des mises en situation contextualisées évaluées
- Et, en fin de formation, par un questionnaire d'auto-évaluation

Accessibilité de la formation

Le groupe M2i s'engage pour faciliter l'accessibilité de ses formations. Les détails de l'accueil des personnes en situation de handicap sont consultables sur la page Accueil et Handicap.

Modalités et délais d'accès à la formation

Les formations M2i sont disponibles selon les modalités proposées sur la page programme. Les inscriptions sont possibles jusqu'à 48 heures ouvrées avant le début de la formation. Dans le cas d'une formation financée par le CPF, ce délai est porté à 11 jours ouvrés.