

L'ART D'ÊTRE UN MANAGER RESPONSABLE

2 JOURS

HÉLÈNE DELEBOIS

SYN AXES
2018

Objectifs

* Développer et cultiver ses RESSOURCES : créativité, patience, motivation, courage, l'accueil, la bienveillance, adaptabilité, humilité, ...

* (re)Apprendre à concrétiser pour (re)apprendre à moduler, modifier, recréer, anticiper, ...

* Réfléchir à son mode de vie , de travail, de management

* Connaître des outils pour faire face à des situations stressantes et/ou diminuer les tensions

* renforcer son potentiel et/ou ses capacités managériales

* prévenir les RPS (risques psycho-sociaux) et agir sur les TMS (troubles musculo-squelettiques)

* disposer d' un outil d'optimisation, de connaissance de soi et de l'autre, de communication

* Acquérir une posture, un positionnement, de l'assertivité

Pré requis

Aucun

Principes pédagogiques

- exposés et théories avec support écrit
- méthodes participatives
- expérimentation / atelier : écriture, arts plastiques individuels et collectifs

DÉVELOPPER SES CAPACITÉS MANAGÉRIALES

Développer ses capacités managériales par la médiation artistique ou l'art d'être un manager responsable... Pour cette formation pratique, nous mettons en perspective l'outil artistique au regard des actions et capacités du manager. Il s'agit ici de développer et fortifier 12 capacités essentielles. Ne dit-on pas qu'il est plus aisé d'apprendre dans la joie et le plaisir ?

1. APPROCHE GÉNÉRALE & THÉORIQUE

- Un peu d'Histoire
- Rôle et place de l'art
- Différentes formes artistiques

2. TECHNIQUES DE DÉVELOPPEMENT

- Développer sa motivation, sa créativité
- Tout en respectant les contraintes exogènes en endogènes

3. LE CERVEAU ET LE CORPS

- le cognitif
- les attitudes
- l'action et l'apport de l'activité artistique
- processus en oeuvre

4. ART & CAPACITÉS MANAGÉRIALES

- mise en regard de l'art et de 12 capacités managériales
- apport de l'art dans le développement, l'optimisation de ses propres capacités / ressources

5. BILAN DE LA FORMATION

Public concerné

Chefs d'entreprise, Manager

SYN AXES

201 Av des Chartreux - 13004 Marseille

Tél. : 06 12 82 62 00

E Mails: helene.delebois@gmail.com - contact@syn-axes.fr

www.syn-axes.fr

FORMATION INTER & INTRA

Développer ses capacités managériales par la médiation artistique ou l'art d'être un manager responsable... Pour cette formation pratique, nous mettons en perspective l'outil artistique au regard des actions et capacités du manager.

POUR développer l'intelligence collective et élaborer des valeurs porteuses de sens.

L'intervenante vous propose d'explorer et d'expérimenter vos propres mécanismes par les techniques de l'art plastique. La pédagogie repose sur le non verbal : sur un retour à la communication par le simple et l'essentiel, sur l'écoute de son corps pour parvenir à l'acceptation puis à l'assertivité et au développement à l'utilisation de son imagination au quotidien, dans sa vie privée comme dans sa vie professionnelle

Développé sur la base des onze traits managériaux décrits par Alain Manoukian Président de Croissance & Coaching, dans son livre (Etre un manager responsable – Editions Bréal – 2011) Il s'agit ici de développer et fortifier ces capacités essentielles. Et nous constaterons ensemble que l'activité créatrice nous permet d'aller bien au-delà des 11 traits cités...

Onze forces essentielles, onze capacités une double action par l'art et la mise en œuvre d'un système de cercles vertueux.

Ces onze traits font parties des principales techniques de la créativité : il est important de les développer et de les travailler afin de parfaire sa technique, de parvenir à ses envies, de pousser ses capacités, de ne pas s'assécher, ...

Ces onze traits s'acquièrent et se développent dans l'activité artistique, dans cette pratique psychocorporelle qui met en œuvre de multiples compétences dont nous ignorons parfois qu'elles sont là à notre disposition.

Voyons ensemble l'une ou l'autre de ces qualités et son rapport à l'art (ou inversement l'apport de l'art dans le développement de cette qualité)

SYN AXES

201 Av des Chartreux - 13004 Marseille

Tél. : 06 12 82 62 00

E Mails: helene.delebois@gmail.com - contact@syn-axes.fr

www.syn-axes.fr

L'ENERGIE

que ce soit pour peindre, écrire, dessiner, composer, jouer, ... il me faut :

1/ le prévoir : préparer mon espace, mon matériel, prévenir mon entourage de mon indisponibilité, gérer mon environnement, me préparer physiquement, me préparer psychologiquement, ... mettre en œuvre toute une série d'actions, déployer toute mon énergie pour ... pour peut être rien, parce que le moment venu, l'inspiration, l'envie aura disparue ... et recommencer, trouver la motivation de le retenter sans se laisser décourager ... (retrouver le **courage**)

2/ une fois dans cette bulle, seul(e) avec moi-même, s'établit une connexion aux émotions. Aucune interférence pendant ce laps de temps, car il n'appartient qu'à celui (celle) qui vit l'instant. Un moment de congruence, de repos, pour soi, sans enjeux, sans regard de l'autre quel qu'il soit. L'extérieur est neutralisé.

C'est l'occasion de faire le point avec mon corps, mon cœur, mes sentiments, mes émotions, ... le temps se dilate, la temporalité humaine disparaît (une heure peut sembler une éternité ou à peine une seconde) c'est la possibilité d'entrer dans un autre espace temps, comme par magie. La thérapie est une vertu immanente de l'art ou l'art, dit on, est psychosomatique, il est le lien entre la Terre et le Ciel, l'Homme et les Dieux, la Chair et le Verbe.

3/ Au sortir de cette bulle, le corps est soulagé, l'esprit nettoyé. Les idées sont plus claires, l'esprit plus affûté, la respiration plus ample, les problèmes insurmontables deviennent de simple tracas et il y a des chances pour en ressortir avec les solutions, les choses prennent leur réelle place/importance avec une faculté de relativiser toute fraîche

4/ On en ressort comme d'un sommeil profond et réparateur, même s'il fut empli de cauchemars ou agité

5/ Pratiquer, c'est donc à la fois apprendre/travailler à mobiliser mon énergie dans un but précis, lequel but me permettra de me ressourcer et de me recharger en énergie positive, laquelle énergie sera mobilisée pour ... et me permettra de ...

Cet exercice est réalisable avec chacun des onze points, parfois même les uns entraînant les autres :

« j'ai fait preuve d'**audace** car j'ai surmonté ma timidité, j'ai osé faire et malgré les critiques, je suis toujours là, « entier » (j'ai surmonté cela avec **humour** et **recul**) ce qui me donne un nouveau regard et le **courage** de retravailler mon « œuvre » (**exigence** et **engagement**) pour m'aventurer dans une nouvelle direction qui sera reçue positivement, ce qui déclenchera une bouffée de fierté, (je reconnais là cette **émotion**), et de la **confiance en moi**. Suffisamment pour reprendre mon bâton de pèlerin, avec **humilité** essayer une autre technique, d'autres sujets, qui me ressemble plus (**audace** et **authenticité**), ce que je vais assumer, car mon **énergie** est inépuisable ...;-) et me permettra de **remercier** ceux qui m'ont soutenu, mes « fans » (relation)

SYN AXES

201 Av des Chartreux - 13004 Marseille

Tél. : 06 12 82 62 00

E Mails: helene.delebois@gmail.com - contact@syn-axes.fr

www.syn-axes.fr

L'AUDACE

se risquer, innover choisir un autre chemin, se différencier s'aventurer, lâcher sa zone de confort



is this
helpful?

Exemple : les « Ready Made » période du surréalisme précurseur du Dadaïsme Américain

=> oser s'aventurer parce que l'on connaît la valeur des enjeux et la relativité,

=> oser s'aventurer parce que l'on sait et que l'on accepte que le choix n'existe pas, qu'il n'y a pas d'autre chemin

=> oser s'aventurer parce qu'on en a la possibilité, c'est le choix effectué, et le faire en pleine conscience

LA FORMATRICE : HÉLÈNE DELEBOIS

Après une carrière de 15 ans en entreprise, à des postes de négociateur et de responsable marketing et commercial, et dans le prolongement de sa philosophie de vie, Hélène s'est également formée aux disciplines et techniques de l'accompagnement dans la relation d'aide : médiation thérapeutique par l'art (ou Art Thérapie), hypnose Ericksonienne, P.N.L. (Programmation Neuro-Linguistique), aromathérapie, sophrologie,... Elle propose des formations, des ateliers collectifs et consulte également en cabinet privé depuis presque 10 ans.

Elle intervient également auprès de personnes en repositionnement professionnel et dans l'accompagnement à la création d'entreprise et à la gestion de projet.

Ses compétences et expériences en matière entrepreneuriale combinées à sa connaissance de différentes thérapies alternatives l'amènent aujourd'hui à proposer des formations alliant théorie et solutions pratiques adaptées aux besoins des professionnels

SYN AXES

201 Av des Chartreux - 13004 Marseille

Tél. : 06 12 82 62 00

E Mails: helene.delebois@gmail.com - contact@syn-axes.fr

www.syn-axes.fr

ANNEXE 1

INTITULÉ DE LA FORMATION

L'Art d'être ou de devenir un manager responsable

LIEU

Intra ou Inter

PUBLIC

Chef d'Entreprise, Manager, ...

OBJECTIFS ET VALEUR AJOUTÉE DE LA FORMATION

Concevons l'art en tant qu'outil de management : management de ses propres réactions, de ses désirs, de ses émotions, l'écoute de son corps ... et aussi le management de l'autre, de la relation, des hommes, d'une équipe, d'une organisation ...

A l'issue de cette formation, le stagiaire sera en mesure de :

- Appréhender une « approche outils » pour une mise en œuvre de ses capacités adaptée à son quotidien et à son environnement professionnel
- Appréhender l'art comme outil de connaissance de soi, d'acceptation
- Être en mesure « d'ex-primer » ses émotions tout en mettant en œuvre les frontières et le cadre : l'art, outil de communication, outil de gestion de ses émotions
- Se ressourcer, gérer son stress, rectifier ses postures, ... : l'art comme outils de décryptage, d'apprentissage et de libération
- Se positionner : utiliser l'art comme moyen assertif

L'activité artistique et créatrice, comme une approche psychocorporelle et cognitive de gestion de soi et de sa relation aux autres ; cette activité participe à une meilleure gestion des émotions, du stress et une recherche d'apaisement, et aussi au développement de ses capacités et ressources. Elle autorise l'apprentissage ou développement de nouveaux savoir-faire et savoir-être.

Un support reprenant le contenu et les méthodes, est remis à chacun des participants, à l'issue de la formation.

DURÉE DE LA FORMATION

De 9h à 17h
2 jours consécutifs soit 14 heures
pause déjeuner de 1 h

SYN AXES

201 Av des Chartreux - 13004 Marseille

Tél. : 06 12 82 62 00

E Mails: helene.delebois@gmail.com - contact@syn-axes.fr

www.syn-axes.fr