

FORMATION

AFFIRMER SA POSTURE DE LEADER EN CULTIVANT UN MENTAL SOLIDE ET LUCIDE.

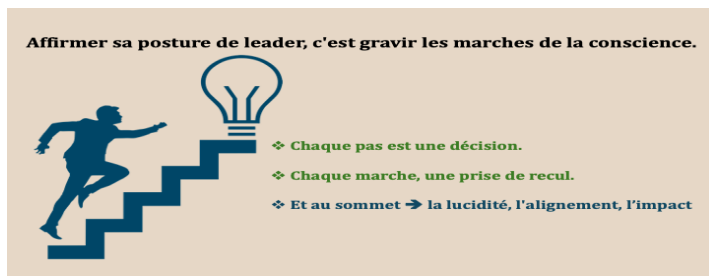
PRÉSENTIEL



DISTANCIEL



DEVPERS-34



CONTEXTE

Être leader aujourd'hui, c'est savoir trouver l'équilibre entre la complexité de l'environnement professionnel et la clarté intérieure nécessaire à la prise de décision.

Le leadership ne se limite plus à une fonction ou à une posture affichée : il s'incarne dans une présence lucide, stable et inspirante, capable de gérer la pression, les émotions et les relations humaines.

Cette formation s'adresse à celles et ceux qui souhaitent dépasser les outils classiques du management pour développer un leadership fondé sur :

- la maîtrise du mental,
- la conscience de soi et des autres,
- une posture intérieure stable, authentique et alignée avec les enjeux professionnels.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A l'issue de la formation, l'apprenant sera capable de :

- Maîtriser son mental et ses réactions sous pression afin de gagner en lucidité et en stabilité dans ses prises de décision.
- Utiliser des techniques de préparation mentale adaptées au contexte professionnel pour mieux gérer le stress, les émotions et les situations complexes.
- Développer une **posture de leadership sereine et efficace**, fondée sur la conscience de soi, la confiance et l'intelligence émotionnelle.
- Construire et **déployer sa propre stratégie mentale et relationnelle de leader**, en s'appuyant sur son profil de personnalité et ses leviers de motivation.

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne amenée à guider, décider, influencer ou manager avec clarté, stabilité et authenticité (managers, cadres, dirigeants, chefs de projet, entrepreneurs)

PRÉ-REQUIS

Aucun.

DURÉE

2 jours (14 heures)

NOMBRE DE PERSONNES

10 apprenants maximum

PRIX INTER

1 350 € TTC/personne

FORFAIT INTRA

À partir de 2 600 € TTC/groupe



Si vous êtes en situation de handicap, ZKF vous oriente et vous accompagne au mieux dans votre demande et vos démarches.



☎ 06 82 48 96 18

☎ 06 60 52 02 54

✉ contact@zkf.fr

💻 zkf.fr

FORMATION

AFFIRMER SA POSTURE DE LEADER EN CULTIVANT UN MENTAL SOLIDE ET LUCIDE.

PRÉSENTIEL



DISTANCIEL



DEVPERS-34

QUALIFICATION DES INTERVENANTS

- Formateurs experts
- Formés à notre modèle pédagogique

PROGRAMME

Introduction du leadership conscient

- Différence entre manager, chef et leader.
- Posture et fonction : ce qui fait la crédibilité du leader
- Leadership réactif vs leadership visionnaire.
- Exercices pratiques.

Les bases du fonctionnement mental

- Fonctionnement du cerveau rationnel et émotionnel
- Réactions automatiques, stress et mécanismes de défense
- Biais cognitifs et impact sur la prise de décision et le leadership
- Exercices

Préparation mentale et mindset de leader

- *Les 6 piliers de la préparation mentale en entreprise.*
- *Gestion des freins, croyances limitantes et leviers de performance*
- *Outils pratiques : respiration, ancrage corporel, scan émotionnel*
- *Développement de la confiance en soi*
- *Gestion du stress, des émotions (colère, peur, pression).*
- *Motivation, objectifs et planification.*

Communication stratégique et intelligence relationnelle

- Introduction à la **Process Communication (PCM)**.
- Modes de perception et GPS relationnel.
- Les 6 types de personnalité et leurs interactions.
- Test projectif simplifié et mises en situation
- Leadership et personnalité : forces naturelles et styles personnels.

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne amenée à guider, décider, influencer ou manager avec clarté, stabilité et authenticité (managers, cadres, dirigeants, chefs de projet, entrepreneurs)

PRÉ-REQUIS

Aucun.

DURÉE

2 jours (14 heures)

NOMBRE DE PERSONNES

10 apprenants maximum

PRIX INTER

1 350 € TTC/personne

FORFAIT INTRA

À partir de 2 600 € TTC/groupe



Si vous êtes en situation de handicap, ZKF vous oriente et vous accompagne au mieux dans votre demande et vos démarches.



☎ 06 82 48 96 18

☎ 06 60 52 02 54

✉ contact@zkf.fr

💻 zkf.fr

FORMATION

AFFIRMER SA POSTURE DE LEADER EN CULTIVANT UN MENTAL SOLIDE ET LUCIDE.

PRÉSENTIEL



DISTANCIEL



DEVPERS-34

Développement de son style de leadership

- Identifier ses traits de personnalité dominants.
- Mieux comprendre son style de leadership
- Intégrer l'intelligence émotionnelle dans sa posture professionnelle
- Construire sa stratégie mentale et relationnelle à long terme
- Exercice

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthode expositive, interrogative, démonstrative
 - Exposé
 - Débat
 - Démonstration
 - Support de formation
- Méthode expérientielle
 - Exercices et travaux de groupe
 - QCM, étude de cas, jeux de rôles, mises en situation

Les « formations à distance » sont réalisées avec un outil de visio-conférence de type *Teams* ou *Zoom* selon les cas.

MODALITÉ D'ÉVALUATION DES ACQUIS

Bilan fin formation :

- Évaluation des acquis sous forme de QCM
- Évaluation satisfaction de chaque apprenant

DISPOSITIF D'ÉVALUATION

Une attestation de fin de formation avec validation des objectifs est délivrée à chaque apprenant.

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne souhaitant guider, décider ou influencer avec clarté, stabilité et authenticité..

PRÉ-REQUIS

Aucun.

DURÉE

2 jours (14 heures)

NOMBRE DE PERSONNES

10 apprenants maximum

PRIX INTER

1 350 € TTC/personne

FORFAIT INTRA

À partir de 2 600 € TTC/groupe



Si vous êtes en situation de handicap, ZKF vous oriente et vous accompagne au mieux dans votre demande et vos démarches.



☎ 06 82 48 96 18

☎ 06 60 52 02 54

✉ contact@zkf.fr

💻 zkf.fr