

Programme de formation



Paris



A Distance



Nice

15 rue des
Halles, 75001
PARIS et 535 route
Des Lucioles,
06560 VALBONNE
SOPHIA-ANTIPOLIS

<https://www.r-s-formation.fr/> 09.52.07.96.61 06.61.33.64.34 <https://www.r-s-conseil.fr/>

SARL au capital de 1000€ - Paris : SIRET : 830 754 727 000 22 - Valbonne : SIRET :830 754 727 000
14 - Code APE : 8559A TVA intracommunautaire : FR28830754727 Déclaration d'activité
enregistrée sous le n°93060815206 en Préfecture Référencé Datadock id. DD 0042767- Certifié
Qualiopi : RNQ-21/08/1270-1

PROGRAMME DE FORMATION

Management et Leadership d'un dirigeant d'entreprise

Penser, contribuer et agir comme un dirigeant



Description :

Vous allez créer ou reprendre une entreprise : Développez votre posture de dirigeant, dans tous les aspects de la gestion de votre entreprise.

Charisme, leadership, management, affirmation de soi et légitimité

Ainsi vous mettez toutes les chances de votre côté pour réussir et fédérer l'ensemble des collaborateurs et parties prenantes

Objectifs :

- Comprendre l'importance d'un positionnement spécifique du dirigeant d'entreprise
- Réaliser un état des lieux de l'entreprise existante si c'est une reprise, des points de blocages et des points facilitateurs de progression
- Réaliser un état des lieux de la future entreprise lorsque c'est une création, en déterminant les rôles et responsabilités de chacun
- Lever les freins potentiels qui peuvent entraver la bonne marche de l'entreprise en établissant une stratégie adaptée

Cette formation vous permettra de développer :

- Un sens décisionnel robuste
- Une capacité d'analyse stratégique
- Etablir et maintenir de bonnes relations
- Réagir efficacement dans une relation
- Traiter des désaccords
- Prendre conscience des situations de stress spécifiques aux dirigeants d'entreprises
- Adopter une méthode et des outils de gestion du stress adapté

<https://www.r-s-formation.fr/> 09.52.07.96.61 06.61.33.64.34 <https://www.r-s-conseil.fr/>

SARL au capital de 1000€ - Paris : SIRET : 830 754 727 000 22 - Valbonne : SIRET :830 754 727 000

14 - Code APE : 8559A TVA intracommunautaire : FR28830754727 Déclaration d'activité

enregistrée sous le n°93060815206 en Préfecture Référencé Datadock id. DD 0042767- Certifié

Qualiopi : RNQ-21/08/1270-1

Contenu :

Module 1: Manager dans une entreprise

Module 2: Management et leadership de direction

Module 3: Assertivité et affirmation de soi dans toutes relations professionnelles

Module 4: **Renforcement des compétences clés pour gérer efficacement le stress du dirigeants et prévenir le burn-out**

Introduction aux modules de formations

Ce programme de formation a été conçu pour répondre aux besoins des entreprises familiales lors du passage délicat de la transmission d'entreprise

Faite pour renforcer le repreneur et pour assurer une transition dans les meilleures conditions, elle vise aussi à aider les acteurs de cette passation en mettant toutes les chances de leur côté pour réussir (qu'elle soit soudaine ou progressive sur plusieurs années). En effet, Si la majorité des dirigeants souhaitent passer le relais à la génération suivante, seules 30% des entreprises survivent à la deuxième génération, 13% à la troisième génération et 3% au-delà.

Réalisé sur 4 modules + un audit initial, il permet de valider toutes les étapes clés du management de direction dans une entreprise familiale. Cette formation s'effectue dans un contexte individuel et en dehors de l'entreprise familiale pour favoriser la prise de recul et le développement des compétences clés en toute autonomie. L'idéal est de réaliser l'ensemble de ses modules avec une certaine régularité, selon vos besoins

Sur cette formation il est important de nous contacter pour déterminer ensemble votre programme personnalisé

Présentation détaillée du programme :

Module 1 :

Manager dans une entreprise

Penser, contribuer et agir dans l'entreprise avec l'ensemble des collaborateurs en interne comme en externe

Objectifs :

- Comprendre tous les tenants et les aboutissants de la gestion d'une entreprise
- Réaliser un état des lieux de la situation, des points de blocages et des points facilitateurs de progression
- Lever les freins gênant la bonne marche de l'entreprise en établissant une stratégie adaptée

Programme :

<https://www.r-s-formation.fr/> 09.52.07.96.61 06.61.33.64.34 <https://www.r-s-conseil.fr/>

SARL au capital de 1000€ - Paris : SIRET : 830 754 727 000 22 - Valbonne : SIRET :830 754 727 000

14 - Code APE : 8559A TVA intracommunautaire : FR28830754727 Déclaration d'activité

enregistrée sous le n°93060815206 en Préfecture Référencé Datadock id. DD 0042767- Certifié

Qualiopi : RNQ-21/08/1270-1

En amont de la formation un audit est réalisée avec le stagiaire, selon la situation et la demande c'est le fondateur, le dirigeant, le DG, le DG adjoint, qui effectuent cette formation

Test 1 : Positionnement initial

1.Fonctionnement de l'entreprise :

Contexte de l'entreprise
Plan stratégique
Modèle de gestion
Indicateurs de performances

2.Les fondamentaux du management de l'entreprise :

Les points communs aux entreprises
Mode de management/autorité/leadership.

3.Place et stratégie adoptées :

Personnel
Clients
Relations professionnelles

5.Aspect psychologique :

Etude du contexte psychologique d'une reprise d'entreprise
Les principales difficultés rencontrées, en interne comme en externe
L'affect, les émotions, les tensions

6.Travail point par point sur les forces et les failles

7.Réalisation d'un plan d'action et selon les besoins, préparation d'un protocole familial ou charte familiale

Module 2 :

Management et leadership de direction

Penser, contribuer et agir dans l'entreprise avec les salariés

Description :

Ce programme vous permet de saisir rapidement les enjeux d'affaires, de penser et d'agir de manière stratégique, tout en démontrant votre leadership à une échelle supérieure.

Objectifs :

Cette formation vous permettra de développer :

- Un sens décisionnel robuste pour prendre des décisions difficiles
- Une capacité d'analyse stratégique renouvelée
- Une meilleure connaissance de vous-même et une plus grande confiance face à la pression intense qui s'exerce sur vous

<https://www.r-s-formation.fr/> 09.52.07.96.61 06.61.33.64.34 <https://www.r-s-conseil.fr/>

Programme :

En amont un audit initial est réalisé qui permet de personnaliser cette formation au stagiaire, au contexte de l'entreprise et de sa situation

Test 1 : Positionnement initial

1.Penser comme un dirigeant :

Les défis du dirigeant d'aujourd'hui :

La réalité du métier de dirigeant dans une organisation en transformation : Attentes, défis, contraintes

Bâtir la confiance et l'engagement dans l'organisation :

Maîtriser l'environnement d'affaires d'aujourd'hui et anticiper celui de demain

Identifier les nouveaux leviers de création de valeur et aligner les modèles d'affaires à l'aide du business model canvas

Piloter la transformation :

Être un leader de changement

Collaborer et réussir comme membre d'une équipe de direction.

2.Contribuer et agir comme un dirigeant :

Passer de la vision stratégique à son exécution

Le courage de prendre les décisions qui s'imposent

Exercer son leadership en situation de crise

Communiquer avec un grand C, c'est aussi exercer son leadership

Se situer au regard des règles d'éthique et de bonne gouvernance

Mise en situation : Participer à une prise de décision stratégique en comité de direction

Test 2 : Positionnement final

Module 3 :

L'assertivité : Maîtrise et affirmation de soi dans toutes relations professionnelles

<https://www.r-s-formation.fr/> 09.52.07.96.61 06.61.33.64.34 <https://www.r-s-conseil.fr/>

SARL au capital de 1000€ - Paris : SIRET : 830 754 727 000 22 - Valbonne : SIRET :830 754 727 000
14 - Code APE : 8559A TVA intracommunautaire : FR28830754727 Déclaration d'activité
enregistrée sous le n°93060815206 en Préfecture Référencé Datadock id. DD 0042767- Certifié
Qualiopi : RNQ-21/08/1270-1

**Acquérir des techniques opérationnelles d'affirmation de soi et de ses choix.
Trouver un équilibre entre impulsivité (conflit) et repli sur soi (effacement, extinction de la flamme entrepreneuriale)**

Description :

Les relations que nous entretenons au travail peuvent être sources de satisfactions mais aussi de difficultés. L'assertivité ou l'affirmation de soi regroupe un ensemble de techniques comportementales qui sont une clé très importante aujourd'hui pour réussir avec les autres. Les techniques de l'assertivité permettent de faire face à des situations de tensions quotidiennes courantes et d'éviter d'en générer soi-même

Objectifs :

- Etablir et maintenir de bonnes relations
- Se sentir mieux armé et en confiance avec les techniques de communication affirmées
- Apaiser ses émotions sans perdre la face
- Atteindre ses buts en respectant l'autre
- Réagir efficacement dans une relation
- Faire face aux comportements négatifs
- Traiter les désaccords
- Dire les choses avec diplomatie
- S'affirmer par sa présence physique et émotionnelle

Programme :

Test 1 : Positionnement initial

Autodiagnostic pour se situer et définir ses priorités

1. Identifier son profil assertif en contexte professionnel

Comprendre son mode de fonctionnement

Identifier ses comportements inefficaces

Développer l'affirmation de soi : Devenir assertif

Mise en situation, feed-back

2. Réagir aux comportements passifs, agressifs et manipulateurs

Les ' dragons de la passivité et les parades appropriées

Faire face à l'agressivité par des techniques éprouvées

Repérer et désamorcer les manipulations

Mise en situation, feed-back

<https://www.r-s-formation.fr/> 09.52.07.96.61 06.61.33.64.34 <https://www.r-s-conseil.fr/>

SARL au capital de 1000€ - Paris : SIRET : 830 754 727 000 22 - Valbonne : SIRET :830 754 727 000

14 - Code APE : 8559A TVA intracommunautaire : FR28830754727 Déclaration d'activité

enregistrée sous le n°93060815206 en Préfecture Référencé Datadock id. DD 0042767- Certifié

Qualiopi : RNQ-21/08/1270-1

3. Savoir formuler une critique constructive :

Préparer sa tactique

S'expliquer avec la méthode DESC

Mise en situation, feed back

4. Dire non avec assertivité

Dire non lorsque c'est nécessaire

La bonne attitude pour dire non

5. Faire face aux critiques :

Voir la critique comme une information et pas comme une remise en cause

Répondre sereinement aux critiques justifiées

Gérer les reproches agressifs avec des techniques pertinentes et fiables

Test 2 : Positionnement final

Module 4 :

Renforcement des compétences clés pour gérer efficacement le stress du dirigeants et prévenir le burn-out

Acquérir des techniques opérationnelles de gestion du stress et prévention du burn out.

Trouver un équilibre entre vie professionnelle de dirigeant et vie personnelle, un défi au quotidien

Description : Le métier de dirigeant n'est pas de tout repos. Ressources et Sérénité a vocation à faire de la prévention ; Les statistiques montrent que les dirigeants vivent moins longtemps et sont plus sujets aux accidents cardiovasculaires notamment, dus à la pression subie. Le but ici est de passer à une dynamique de gestion efficace du stress et donc de sa santé en prenant en considération la gestion d'une entreprise comme un sport d'endurance qui se gère sur la durée

Objectifs :

- Comprendre les origines et le mécanisme du stress pour le canaliser
- Prendre conscience des situations de stress spécifiques aux dirigeants
- Adopter une méthode et des outils de gestion du stress adapté
- Agir en prévention du burn-out.

Compétences visées :

Chaque participant devient acteur et gestionnaire de son propre stress. Cette formation permet de :

<https://www.r-s-formation.fr/> 09.52.07.96.61 06.61.33.64.34 <https://www.r-s-conseil.fr/>

SARL au capital de 1000€ - Paris : SIRET : 830 754 727 000 22 - Valbonne : SIRET : 830 754 727 000

14 - Code APE : 8559A TVA intracommunautaire : FR28830754727 Déclaration d'activité

enregistrée sous le n°93060815206 en Préfecture Référencé Datadock id. DD 0042767- Certifié

Qualiopi : RNQ-21/08/1270-1

- Développer sa propre stratégie de gestion du stress pour faire face aux pressions professionnelles
- Améliorer sa maîtrise émotionnelle en situation stressante
- Gérer le stress relationnel qui peut être transmis par les clients et par les collaborateurs
- Se renforcer physiquement, psychologiquement et émotionnellement
- Prévenir le burn-out : Équilibrer vie professionnelle et privée, Apprendre à se préserver et équilibrer les temps de travail et de récupération

Programme :

Test 1 : Positionnement initial

Autodiagnostic

1. Connaissance du stress :

Définition du stress. Ses causes. Ses conséquences

Les statistiques du stress et des RPS concernant les chefs d'entreprises et les dirigeants

Prévention

L'utilité du « bon stress » ? :

Le stress bénéfique, pivot de la motivation et de la créativité

Les différentes réactions en fonction des personnalités

2. Le stress du dirigeant :

Facteurs de risques et statistiques

Quels types de stress rencontrez-vous ?

Vous situez vous dans un cadre de stress ponctuel ou de stress chronique ?

Repérer les signaux d'alarme

3. Canaliser le stress :

Prendre conscience de la relation entre le corps et le mental

Maîtriser la fonction respiratoire qui apporte le calme, la confiance, le bien être pour contrôler ses réactions physiques. Prendre conscience des éléments déclencheurs du stress

Appliquer des outils de gestion du stress pour évacuer la pression

Poser un cadre et des limites professionnelles

Exercices pratiques : respirations, relaxation, sophrologie (PPR : pause, prise de recul, récupération)

4. En pratique, les améliorations possibles concernant :

Stress et gestion du temps (gestion des plannings, des échéances...)

Stress et gestion de l'insécurité lorsque l'activité décroît

Stress et gestion de l'entreprise lors de pics de croissance : périodes très chargées et/ou gestion de l'organisation lorsque l'entreprise grandit (CA ↑↑, phases de recrutements...)

Stress et surcharge de travail

Stress et gestion des conflits internes et externes à l'entreprise

Prévention du burn out

<https://www.r-s-formation.fr/> 09.52.07.96.61 06.61.33.64.34 <https://www.r-s-conseil.fr/>

SARL au capital de 1000€ - Paris : SIRET : 830 754 727 000 22 - Valbonne : SIRET : 830 754 727 000

14 - Code APE : 8559A TVA intracommunautaire : FR28830754727 Déclaration d'activité

enregistrée sous le n°93060815206 en Préfecture Référencé Datadock id. DD 0042767- Certifié

Qualiopi : RNQ-21/08/1270-1

Test 2 : Positionnement final

Public concerné : créateurs/ repreneurs d'entreprises

Pré-requis : Aucun

Formats et tarifs : plusieurs possibilités :

Formats	Durée	Tarif net de taxes
Formation individuelle en présentiel ou/et à distance avec un/une formateur/trice expert(e), sur 21 heures alternant temps en face à face, temps d'entraînement/préparation (formation action) et E learning. La différence avec la formation individuelle à 900 euros : + de temps en face to face / + de contenus et trames prêtes à l'emploi	7h00 de visioconférences 14h00 de temps d'entraînement et mise en pratique + E-learning entre chaque visioconférences 21 heures au total	1500.00 €
Formation individuelle en présentiel ou/et à distance avec un/une formateur/trice expert(e), sur 14 heures alternant temps en face à face, temps d'entraînement/préparation (formation action) et E learning	4h00 de visioconférences 10h00 en E-learning et mise en pratique terrain entre chaque visioconférences 14 heures au total	900.00 €
Formation individuelle à distance 100% E-learning	10h00 En E-learning avec un référent technique et pédagogique	500.00 €
Formations collectives en présentiel ou à distance selon les conditions sanitaires. Les formations inter-entreprises se déroulent à Paris et à Nice Les formations intra-entreprises se déroulent généralement dans l'entreprise privée ou l'établissement public qui fait appel à nous. Groupes de 5 à 10 stagiaires	2 jours en présentiel ou à distance 14 heures au total	900.00€ Par stagiaire pour les deux jours

Date et format : à déterminer lors de l'inscription

Appelez-nous au 09.52.07.96.61 ou au 06.61.33.64.34 pour étudier ensemble quelle formation vous conviendra le mieux ainsi que pour la planification des dates

Durée : L'ensemble des formations peuvent être réalisées en intensif sur 2/3 jours ou programmées sur 4 semaines

Période de réalisation : Les formations ont été conçues pour être réalisées en 4 semaines. Nous vous recommandons de suivre ce rythme pédagogique en blended learning/E-learning pour faciliter votre apprentissage. Cependant, nous pouvons ajuster ce rythme en fonction de vos obligations et besoins (sur 15 jours ou 2/3 jours consécutifs en intensif).

Les formations collectives quant à elles sont conçues sur 2 jours consécutifs pour une immersion totale sur la thématique traitée et pour favoriser la dynamique de progression du groupe formé.

Prise en charge : Eligible Mon compte CPF pour les créateurs repreneurs d'entreprise / OPCOS pour les entreprises / pôle emploi/régions...

Modalités d'Inscription à la formation sur mon compte CPF :

1 : s'inscrire à la formation souhaitée sur mon compte CPF

2 : Votre demande d'inscription apparaît sur notre plateforme, nous vous appelons pour un échange téléphonique : Temps d'information sur le déroulé de la formation/ Validation de votre projet avec le questionnaire projet/attentes puis organisation de la formation (date)

3 : Nous validons sur la plateforme votre inscription

4 : Vous cliquez sur « accepté » pour valider à votre tour

5 : Vous nous adressez l'attestation sur l'honneur

Tout est ok, la formation peut commencer à la date prévue.

Attention pour les personnes qui souhaitent effectuer très rapidement leur formation, il faut compter 11 jours entre le moment où l'on procède à l'inscription et le début de la formation. Pour ceux qui ne sont pas pressés, sachez que l'on peut procéder à une inscription sur n'importe quelle période de l'année en cours.

Modalités d'inscription pour les entreprises / salariés d'entreprises :

1 : Remplir le bulletin d'inscription spécifique ou nous contacter directement pour exprimer vos préférences et vos choix, préparer votre action sur mesure, planifier les dates ensemble

2 : Nous vous préparons une convention de formation/programme à adresser à votre OPCO

Modalités d'inscription pour les demandeurs d'emploi :

1 : Envoyez-nous un mail ou encore plus simple appelez-nous pour nous indiquer :

Votre numéro d'identifiant pôle emploi, votre nom prénom et adresse, le nom prénom et mail de votre conseiller pôle emploi, vos préférences calendaires (date de formation souhaitée)

2 : En fonction de ces informations, nous pourrions procéder à la demande de prise en charge auprès de pôle-emploi. 3 : Ensuite, vous validez sur la plateforme cette demande,

4 votre conseiller pôle emploi valide à son tour

et tout est ok.

Attention, pour les personnes qui souhaitent effectuer très rapidement leur formation, il faut compter un mois entre le moment où l'on procède à cette demande de prise en charge et le début de votre

formation. Pour ceux qui ne sont pas pressés, sachez que l'on peut procéder à une inscription sur n'importe quelle période de l'année en cours.

Voir toutes nos formations sur : <https://www.r-s-formation.fr/>

Méthodes pédagogiques utilisées :

Présentation et acquisition de nombreuses techniques et méthodes pédagogiques directement transférable en situation professionnelle. Pédagogie active et participative basée sur des exercices pratiques, quizz et restitutions(débriefing). Mises en situations/ études de cas proposé par le formateur/la formatrice .Support de formation remis. Accès à notre plateforme LMS de formation, documents de formation/vidéos/quizz..

A noter : Les formations sont personnalisées en fonction du public (profession, expérience professionnelle, compétences à développer, problématique(s) rencontrée(s) en rapport avec le thème de la formation.

Modalités d'évaluation d'atteinte des objectifs de la formation :

En amont de la formation : Analyse du besoin en formation, synthèse du projet et des attentes stagiaires Pendant la formation : Tests en contrôle continu : Test de positionnement initial et final/ évaluation tout au long de la formation puis test de positionnement final/ validation des attentes. Evaluation de la formation par le stagiaire à chaud puis à froid 6 mois plus tard pour mesurer l'impact de la formation sur le développement des compétences et la pratique professionnelle.

Formalisation à l'issue de la formation : Une attestation de formation est remise au(x) stagiaire(s) en fin de formation où sont mentionnés les objectifs, la nature et la durée de l'action ainsi que les résultats de l'évaluation des acquis de formation. Une attestation d'assiduité concernant la partie e-learning (100% de l'activité réalisée) pourra être transmise à la demande (stagiaires/partenaires finançant la formation /employeur)

Dans le cas d'une formation certifiante : Formation avec option de certification

Formateur/trice assurant la formation : Laurence GOUEL, dirigeante de l'organisme de formation R&S formation, consultante et formatrice, 15 ans d'expérience dans l'accompagnement des dirigeants d'entreprises et leurs équipes

Coordonnées de la personne chargée de la relation avec le stagiaire :

Laurence GOUËL : laurence.gouel@ressources-et-serenite.fr / 09.52.07.96.61 / 06.61.33.64.34

Accessibilité :

Vous êtes en situation de handicap, nous sommes là pour répondre à vos besoins et soutiendrons votre parcours d'évolution professionnelle et le développement de vos compétences en adaptant nos formations si nécessaire, qu'elles soient à distance ou en présentiel. Pour cela vous pouvez vous rapprocher du référent handicap pour étudier votre projet : Laurence GOUËL : laurence.gouel@ressources-et-serenite.fr / 09.52.07.96.61 / 06.61.33.64.34

Délais d'accès à la formation : 1^{er} contact mail/téléphone sous 48 heures puis démarrage de la formation 15 à 30 jours de délai estimé

Points forts de la formation :

Accompagnement personnalisé

Délai d'inscription rapide

Adaptation du programme selon les objectifs et les attentes de l'apprenant

<https://www.r-s-formation.fr/> 09.52.07.96.61 06.61.33.64.34 <https://www.r-s-conseil.fr/>

SARL au capital de 1000€ - Paris : SIRET : 830 754 727 000 22 - Valbonne : SIRET : 830 754 727 000

14 - Code APE : 8559A TVA intracommunautaire : FR28830754727 Déclaration d'activité

enregistrée sous le n°93060815206 en Préfecture Référencé Datadock id. DD 0042767- Certifié

Qualiopi : RNQ-21/08/1270-1

Transmission opérationnelle terrain

- ✓ Avantages de la formation à distance : Pas de contrainte géographique, vous gagnez du temps et vous vous formez tranquillement et confortablement chez vous ou sur votre lieu de travail
- ✓ Avantages de La formation individuelle : Elle permet de S'inscrire à une formation dès qu'il y en a besoin (sans être dépendant d'un planning de groupe). Accompagnement personnalisé : La confidentialité liée aux modalités de la formation individuelle permet d'aller en profondeur dans ses propres objectifs et d'avoir un feedback personnalisé du formateur/ de la formatrice. Les contenus pédagogiques peuvent aussi être individualisés selon vos besoins
- ✓ Avantages du « format hybride » ou « blended learning » :
 - Vous apprenez quand vous voulez, où vous voulez grâce à votre programme e-learning – vous avez des rendez-vous réguliers avec votre formateur/formatrice durant votre parcours de formation, ce qui vous permet une meilleure transmission des savoirs et une meilleure intégration dans votre quotidien professionnel. Vous allez « plus loin » dans le développement de vos compétences
- ✓ Avantages de la transmission opérationnelle : Les méthodologies utilisées sont pensées sous forme de « boîtes à outils » /fiches process ou trames pré-établies, opérationnelles et directement transférables en situation professionnelle
- ✓ Avantages de la formation collective, en présentiel comme à distance : Des échanges riches d'enseignements et d'expériences partagées entre participants, des pairs ou des collaborateurs dans les équipes de travail