



100 % de satisfaction  
et 100 % d'objectifs atteints en 2024

## Formation :

### « Avoir une bonne connaissance de soi pour bien manager » Niveau 1

#### Objectifs de la formation :

A l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- o Savoir mobiliser, responsabiliser, motiver et évaluer ses collaborateurs
- o Construire et conduire une équipe
- o Maîtriser les techniques de communication
- o Détecter les tensions et résoudre les problèmes qui peuvent apparaître

**Intervenant :** Elisabeth BONNEFOY Consultante en Ressources Humaines

#### Déroulé pédagogique :

Journée 1 :

De 09h à 12h30

- o Comprendre les rôles et missions du Manager
- o Connaître et reconnaître les styles managériaux

De 13h30 à 17h

- o Comprendre les motivations selon les profils

Journée 1 :

De 9h à 12h30

- o Connaître les notions de l'Analyse Transactionnelle
- o Connaître les Messages contraignants de Taibi Kahler

De 13h30 à 17h

- o Maîtriser les notions de responsabilités
- o Maîtriser les différentes techniques de communication (DESC et OSBD)

**Public :** Directeurs

**Prérequis :** Manager au moins une personne en direct

#### Coût par participant :

**1100 € HT / adhérent**

**1500 € HT / non adhérent**

*Cette formation peut être prise en charge par votre OPCO*

**Lieu :** Avignon

**Date** 10 et 11 février 2025

**Délai d'accès :** 15 jours avant le début de la formation

*Ouverture de session à partir de 3 stagiaires*

**Durée :** 2 jours (14h)

Présentiel  Distanciel

Blended

#### Contact pédagogique :

**Coralie BENITO**

04 90 31 55 19

[coralie@ariasud.com](mailto:coralie@ariasud.com)

#### Contact administratif :

**Sabrina Declerck**

04 90 31 55 08

[sabrina.declerck@foodinpaca.com](mailto:sabrina.declerck@foodinpaca.com)



PERFORMANCE INDUSTRIELLE



ACHATS & SUPPLY CHAIN MANAGEMENT



QUALITÉS DES PRODUITS



R&D MARKETING



ENVIRONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT DURABLE



COMMERCIALISATION & MARCHÉS



RESSOURCES HUMAINES



FONCTIONS SUPPORT



### Méthodes pédagogiques :

Méthodes participatives  
 Alternance d'apports théoriques, d'exercices et de mises en situation  
 Partage d'expériences  
 Support de formation remis aux stagiaires  
 Les formations en présentiel se déroulent dans une salle de formation équipée d'un vidéoprojecteur

### Evaluation des connaissances :

Exercices et cas pratiques et/ou questionnaires d'évaluation. Les critères d'évaluation sont directement reliés aux objectifs cités au début du programme.

### Moyens mis en place pour suivre l'évaluation de la formation :

Feuilles d'émargement et attestation de formation.

\*\*\*\*

Cette formation se déroule dans un lieu accessible aux personnes en situation de handicap. Notre référent handicap se tient par ailleurs à votre disposition pour organiser votre accueil et le déroulement de la formation : contactez Laure DUPIN, votre contact administratif.

*Conditions d'annulation : Toute annulation devra faire l'objet d'une notification écrite. Pour toute inscription annulée après le 27/01/2025, la totalité des frais sera due à l'ARIA Sud. L'ARIA SUD se réserve le droit d'annuler ou de reporter la formation (notamment en cas de manque d'inscrits), et d'en informer le stagiaire au plus tard 5 jours avant la date de la Formation*

**Programme mis à jour le 05/12/2024**

Organisme de formation :



Enregistrée sous le numéro :  
93840215384

*Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat*

N° de Certificat Qualiopi :  
[FR087476-1](#)



PERFORMANCE INDUSTRIELLE



ACHATS & SUPPLY CHAIN MANAGEMENT



QUALITÉS DES PRODUITS



R&D MARKETING



ENVIRONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT DURABLE



COMMERCIALISATION & MARCHÉS



RESSOURCES HUMAINES



FONCTIONS SUPPORT