



# PARCOURS EXPÉRIENCE LEADERSHIP RELATIONNEL



Face aux tensions d'équipe, aux non-dits, aux démotivations, beaucoup de managers se sentent démunis. Pourquoi ? Parce qu'on ne leur a jamais vraiment appris à créer et maintenir des relations de qualité. La plupart des problèmes de performance sont en réalité des problèmes de relation. Un collaborateur qui ne s'engage plus, une équipe qui dysfonctionne, un conflit qui s'enlise... Derrière chaque difficulté managériale se cache souvent une fragilité relationnelle.

## Objectifs

**Avec ce parcours, les participants seront capables de :**

- Identifier leurs automatismes relationnels et ajuster leur posture managériale
- Pratiquer une écoute active et un questionnement puissant
- Décoder les dynamiques relationnelles au sein de leur équipe
- Gérer les tensions et conflits avec sérénité
- Incarner un leadership basé sur la confiance et la coopération

## Concrètement

### Durée et modalités

- **Format :** 5 journées (9h-12h30 / 14h-17h30)
- **Rythme :** 1 journée toutes les 8 semaines pour favoriser l'expérimentation terrain
- **Durée totale :** 5 mois environ
- **Effectif :** 6 à 10 participants maximum

### Approche expérientielle

- **90% de pratique :** mises en situation, jeux de rôle, simulations, exercices corporels
- **10% d'apports :** uniquement pour éclairer les pratiques
- **Pas de PowerPoint :** supports visuels co-construits

## Au programme

### Se connaître pour mieux manager

- Mon ADN relationnel
- Mes émotions au service de la relation

### L'art de l'écoute et du questionnement

- Retour d'expérience et écoute profonde
- Le pouvoir du questionnement

### Comprendre les dynamiques d'équipe

- Cartographie des relations
- Les rôles informels dans l'équipe

### Gérer les tensions et nourrir la confiance

- La confiance comme fondation
- Naviguer dans le conflit

### Incarner son leadership relationnel

- Intégration et alignement
- Incarnation et engagement

### Ancrage post-parcours

- Session collective de 2h en visioconférence à 3 mois pour partager les résultats et ajuster les pratiques

*Possibilité d'accompagnement individuel complémentaire entre les sessions*

*Pour tout besoin spécifique d'adaptation, situation de handicap, nous adaptons notre prise en charge. Si vous êtes concerné contacter l'organisme de formation.*



# JOURNÉES EXPÉRIENCES DECouvrez LES THEMATIQUES



**Managers**  
*en poste depuis  
au moins 2 ans*



**1 jour  
1 défi  
1 REX collectif**



**Alsace**  
Strasbourg  
Haguenau

*Vous managez au quotidien. Vous savez ce qui fonctionne... et ce qui coince.*

*Vous aimeriez progresser sur certaines pratiques mais vous manquez de temps, d'espace ou simplement d'un collectif avec qui échanger vraiment.*

**Le Lab des Managers vous offre cet espace :**

*un lieu pour expérimenter, vous challenger et développer votre leadership relationnel  
aux côtés d'autres managers qui partagent les mêmes enjeux que vous.*

*Ici, on ne vous dit pas comment faire.*

*On crée les conditions pour que vous trouviez votre propre voie, nourrie par l'expérience collective.*



## Objectifs

**Chaque journée est une opportunité de :**

- Expérimenter une pratique en sortant de sa zone de confort
- Apprendre des situations vécues et du regard des pairs
- Progresser concrètement sur un aspect de son management
- Repartir avec des clés d'action immédiatement applicables



## Concrètement

### Durée et modalités

- Rencontre entre Pairs : 1 journée (9h-12h30 / 14h-17h30)
- Expérimentation : 1 défis à accomplir dans les 45 jours
- Retour d'Expérience : session collective de 2h en visio
- Effectif : 4 à 8 participants maximum

### Approche expérientielle

- **90% de pratique** : mises en situation, jeux de rôle, simulations, exercices corporels
- **10% d'apports** : uniquement pour éclairer les pratiques
- **Pas de PowerPoint** : supports visuels co-construits

*Possibilité d'accompagnement individuel complémentaire*



## Les thématiques

### Écouter vraiment (au-delà des mots)

Développer son écoute active pour comprendre les non-dits

### Avoir des conversations courageuses

Aborder les sujets qui fâchent sans détériorer le lien

### Mener des feedbacks qui font progresser

Du feedback correctif au feedback qui développe

### Créer de la cohésion d'équipe

Au-delà des team buildings, les rituels qui tissent du lien

### Faciliter l'intelligence collective

Faire émerger les meilleures idées du groupe

### Développer l'autonomie de son équipe

Créer les conditions de la responsabilisation

### Pivoter en mode solution

Transformer les obstacles en opportunités d'apprentissage

### Gérer son stress pour mieux accompagner

Rester solide quand la pression monte

**Nous consulter pour connaître l'ensemble des sujets que nous proposons.**

*Pour tout besoin spécifique d'adaptation, situation de handicap, nous adaptons notre prise en charge.  
Si vous êtes concerné contacter l'organisme de formation.*

**Johanna RIVIERE - 06 31 81 70 03 - [contact@propulzup.com](mailto:contact@propulzup.com)**

PROPULZ'UP \_ NDA : 4670735267 \_ [www.propulzup.com](http://www.propulzup.com)  
copyright - tous droits réservés