



MANAGEMENT DES ÉQUIPES ET DES PERSONNES La méthode « RMO » (la Relation Managériale Optimale) Le Management RMO



Destiné à :

Tous les salariés encadrant et autres acteurs travaillant en équipe dans une institution désireux de s'améliorer dans ses pratiques managériales.

Objectif général :

S'entraîner aux outils relationnels managériaux de la méthode RMO, afin de parvenir à motiver ses équipes et respecter ses collègues dans une entreprise ou une association.

Objectif pédagogique :

- 1) Expérimenter les outils relationnels managériaux afin de savoir gérer les conflits en tant que manager au sein de ses équipes
- 2) Etre capable de re-motiver un équipier que vous ressentez en cycle de démotivation
- 3) Etre capable de motiver ses équipes pour un projet
- 4) Améliorer son indice de qualité relationnelle managériale.
- 5) Etre capable de s'ajuster au socio style de communicant de chacun de ses équipiers et de le manager en tenant compte de ses attentes relationnelles en phase avec son sociostyles
- 6) Expérimenter les outils relationnels de la méthode RMO et être capable de les utiliser pour accompagner aux changements ses équipes .
- 7) Devenir un manager bienveillant , capable d'une grande empathie.
- 8) Savoir critiquer , en étant juste , et jamais " cassant", violent", encore moins un manager harceleur.
- 9) Etre capable de mettre en place un management participatif, et positif.

Pré-requis : Aucun pré-requis nécessaire pour participer à cette formation.

L'évaluation de l'acquis des stagiaires s'effectuera grâce au remplissage d'une grille d'évaluation établie par nos soins et d'un entretien individuel final avec son formateur. Il lui sera alors remis une attestation de fin de stage.



JOUR 1

Objectifs pédagogiques de la matinée :

- Pourquoi bien manager c'est pouvoir bien communiquer ?
- Le travail sur notre zone aveugle.
- Qu'est-ce qu'une communication efficace, saine et durable ?

Communication & gestion des conflits :

- Apprendre à reconnaître les types de conflits qui se jouent au travail.
- Repérer les formes de mal-être au travail (détection des risques psychosociaux)

Parcours pédagogique :

La fenêtre de Johari

- L'importance d'une formation en communication
- Partage (pour les stagiaires qui le souhaitent) des attentes spécifiques par rapport au stage et des questions que les questionnaires d'Indice de la RMO envers soi et envers les autres ont pu faire naître.
- Définition de la RMO
- Bâtir son Cercle de Qualité Relationnelle
- Méthode RMO pour pouvoir décrypter efficacement la nature et les enjeux des relations dans le contexte du travail

Objectifs pédagogiques de l'après-midi :

- Apprendre à gérer les différents types de conflits de manière efficace à l'aide des outils de la RMO®.
- Apprendre les techniques pour désamorcer ces conflits dès que possible et prévenir les risques psychosociaux.

Parcours pédagogique :

Quels sont les types de conflits ?

- Quelles sont les formes de mal-être au travail, la prévention des risques psychosociaux (AT, Karpman)
- Comment gérer les conflits à l'aide de la RMO
- Apprendre à observer, évaluer et analyser la situation conflictuelle de manière efficace pour mieux pouvoir y répondre.
- Les outils pour désamorcer le conflit, le gérer et le réguler quand le conflit est présent
- Les outils de la RMO, la mise en situation, travail sur les 3V (Visuel, Vocal et Verbal)

JOUR 2

Se manager soi (gérer son stress) et développer une véritable cohésion d'équipe avec des outils RMO

Objectifs pédagogiques de la matinée :

- Apprendre à s'affirmer dans le respect et le développement de l'autre à l'aide des outils de la RMO.
- Appréhender et gérer les situations de changements rapides comme une source d'opportunités
- Apprendre à gérer son stress et ses émotions :
- Besoins d'espace et de temps, besoins physiques et émotionnels
- Explication des rythmes circadiens et méthode de gestion du stress intégrative
- Utiliser la Communication Non Violente vis-à-vis de soi
- Mise en situation.

Parcours pédagogique

- Apprendre à découvrir son socio-style de manager
- Savoir repérer et s'ajuster aux socio-style de chacun de ses équipiers
- Débriefing de son IQRM (Indice de Qualité relationnelle managériale)

L'Ecoute Active (ERIC) – pour comprendre une situation problématique dans son ensemble et agir efficacement. exercice pratique de mise en situation

La gestion des changements avec les niveaux logiques de Bateson. Repérer efficacement le niveau où le besoin de changement se fait sentir et agir efficacement.

Objectifs pédagogiques de l'après-midi :

Utiliser concrètement tous les outils de la RMO intégrés pendant ces 2 jours en les mettant en action dans des stratégies efficaces de cohésion d'équipe RMO.

La psychologie de la motivation : Quand la motivation devient le moteur de l'excellence et de la performance.

Outils de Cohésion d'Equipe RMO :

- Travail sur les valeurs, le comportement et l'identité
- Reconnaître les points forts et les qualités de chacun

Parcours pédagogique

- Apprendre à gérer son stress définition, rythmes ultradiens, états d'excellence, ...
- Moyen de suivi et d'encadrement

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement :

Chaque stagiaire dispose d'un support de cours personnalisé de +40 pages, dans lequel , nombre d'apports théoriques, et chaque outil de la méthode sont développés. Il y retrouve chacune des étapes du stage qu'il est en train de suivre, clairement exposée, et illustrée, qu'il est en train de suivre. Ce faisant, à la fois, au cours du stage, mais au terme du stage, il pourra constamment s'y référer.

Le stage est encadré par le formateur diplômé, **Christophe Médici**, titulaire du DUFA (diplôme universitaire de formateur d'adultes), consultant/formateur depuis 1992, spécialisé dans les formations en communication, **management**, préventions des risques psychosociaux, gestion du stress, prise de parole en public, anglais .

Il est le fondateur de la méthode Haute qualité relationnelle ®, ainsi que de la méthode RMO, relation commerciale optimale. Auteur, à ce jour, de 19 ouvrages de psychologie, formation continue, Christophe Médici est un expert reconnu internationalement et médiatiquement de tous ces domaines.

Suivi et évaluation :

Le suivi de l'exécution de l'action et l'appréciation des résultats est effectué par notre direction pédagogique ainsi que par le formateur lui-même.

A mi parcours, le stagiaire devra répondre à une batterie de tests : QCM

Au terme de la session , l'évaluation de l'acquis des stagiaires s'effectuera grâce au remplissage d'une grille d'évaluation établie par nos soins et d'un entretien individuel final avec son formateur. Il lui sera alors remis une attestation de fin de stage.

> Volume horaire : 14 heures (deux jours) - en Présentiel



HQR. Académie Médecin – 95370 Montigny Les Cormeilles

Tel : 0673635488 – Fax : 01 43 70 57 58

Numéro d'agrément : 11950572195/Siret : 80380893000017 www.hautequaliterelationnelle.fr mail : christophe.hqr@gmail.com