

Manager avec les neurosciences : comprendre son cerveau pour mieux manager

Référence : FMM007

Objectifs

À l'issue de la formation, les participants sauront :

- ✓ Comprendre le fonctionnement du cerveau pour mieux manager.
- ✓ Optimiser la prise de décision et la gestion des émotions.
- ✓ Développer un leadership impactant basé sur l'intelligence émotionnelle.
- ✓ Ancrer durablement les apprentissages grâce à la neuro-pédagogie.

Pour qui ?

└ Occuper un poste de manager, leader d'équipe, dirigeant ou responsable ayant un rôle décisionnel et managérial.

Prérequis :

└ Aucun prérequis nécessaire.

Construisons ensemble le dispositif adapté à vos enjeux

[Je demande un devis](#)



Programme

Les bases des neurosciences appliquées au management

- Comprendre les trois cerveaux et leur rôle.
- Le fonctionnement de la mémoire et l'apprentissage.
- Émotions et motivation : identifier les déclencheurs de motivation dans son équipe et adapter son management.

Prise de décision et gestion du stress

- Décision rationnelle vs émotionnelle : comment arbitrer efficacement ?
- Réguler le stress et la charge mentale : expérimentation de techniques de respiration et de recentrage.
- Développer la flexibilité cognitive : s'adapter rapidement aux changements.

Leadership et intelligence émotionnelle

- L'impact des neurones miroirs en management : observation et ajustement de sa posture et de son langage non verbal en interaction avec les équipes.
- Développer la confiance et la motivation : élaboration d'un plan de motivation personnalisé pour un collaborateur en difficulté.
- Renforcer ses compétences émotionnelles : mise en situation de feedback constructif basé sur la dopamine et l'apprentissage positif.

Ancrer durablement les apprentissages et transformer les pratiques

- Transformer les habitudes : les principes de la plasticité cérébrale.
- Rendre les apprentissages impactants avec la mise en pratique immédiate.
- Construire son plan d'action personnel : intégrer les neurosciences dans son management quotidien.



Aujourd'hui, le rôle du manager évolue dans un contexte où les attentes des collaborateurs changent : besoin de sens, d'écoute et d'adaptation. L'autorité seule ne suffit plus. Il doit trouver le bon équilibre entre exigence et bienveillance, en développant son intelligence émotionnelle. Les neurosciences apportent des clés de compréhension pour mieux décrypter ses réactions et celles des autres, et ainsi adapter sa posture pour renforcer durablement la motivation et l'engagement de son équipe."

Christelle Garbé-Bontoux - Directrice client