

## VIE ASSOCIATIVE ET GESTION FINANCIÈRE

### Réussir en mixité : gagner en efficacité et optimiser mon management

#### Objectifs de la formation :

- Mieux vous connaître dans l'exercice de votre activité de dirigeant.e
- Comprendre la part des émotions dans nos relations pour créer l'empathie
- Comprendre la dynamique des changements
- Établir une communication constructive, même lorsqu'il faut « dire non »
- Prise de conscience de la fonction de dirigeant.e
- Acquérir des attitudes et des méthodes visant à améliorer votre efficacité dans vos fonctions, à y être à l'aise
- Ouverture de votre champ de vision pour utiliser au mieux nos différences : en faire des leviers d'action au service de notre mission commune et de nos objectifs

#### Public concerné : toute personne intéressée par la thématique

- Dirigeant.e
- Salarié.e
- Bénévole

**Pré-requis :** Être prêt.e à s'impliquer activement dans la connaissance de soi et de sa communication

#### Méthodes pédagogiques :

Dynamique impliquante et participative : travaux en binôme ou sous-groupes, jeux de rôles, réflexion personnelle,...

#### Moyens d'évaluation :

Questionnaire de satisfaction ; attestation de suivi.

**Durée :** 2 journées (14 heures)

#### Programme :

- Nos perceptions ... et celles des autres (la réalité dépend du point de vue de l'observateur) ;
- Les 7 phases de la courbe du changement ;
- Les émotions ;
- La communication verbale et non verbale : les mots, le ton et l'intention, les postures et le non-dit ;
- La communication non violente : le modèle OSBD ;
- Oser dire non... sans nuire à la relation, et en construisant l'avenir.
- Qu'est-ce qu'être dirigeant.e ? Missions, activités, qualités ;
- Les besoins personnels de chacune et chacun (la pyramide de Maslow) ;
- Les objectifs ;
- Déléguer, contrôler, motiver ;
- Les 7 conditions des équipes gagnantes ;
- Recadrer ;
- Les conflits : pourquoi ? comment en sortir ? ;
- Conduite de réunions : les règles d'une réunion efficace, les types de comportements en réunion ;

#### Tarifs\* :

Bénévole : 125€

Salarié : 250€ Votre OPCA peut prendre en charge votre formation [Cliquez ici](#)

Remise à partir de plusieurs formations :

10% pour 2 ; 15% pour 3 ; 20% pour 4 ; 30% pour 5 et plus.

#### Intervenant.e.s :

- Femix Sport : Association nationale spécialisée sur la thématique « femmes et sport »

**Informations et renseignements :** Aurélien Cordeau  
[aurelien.cordeau@crosif.fr](mailto:aurelien.cordeau@crosif.fr)

Tél. : 01 49 85 84 93

**S'inscrire**

<http://www.crosif.fr/formations/>