



Formations pour développer  
la communication et le leadership

# Leadership Féminin

## Objectifs de la formation

- Avoir des outils pour améliorer les relations professionnelles
- Gagner de la confiance en soi et de l'assertivité
- Se mettre en valeur et prendre sa place
- Être à l'aise avec les clients
- Garder implication et motivation

**Un programme de suivi en quatre mois**

**Formations en groupe**  
**Coaching individuel**

## Objectifs de la formation

### Développer tout son potentiel dans l'entreprise :

- Un minimum de temps
  - Un maximum d'impact par participante
  - Un soutien concret et personnalisé
- 
- Avoir des outils concrets pour améliorer les relations professionnelles
  - Gagner de la confiance en soi et de l'assertivité
  - Savoir comment se mettre en valeur et s'affirmer
  - Apprendre le pouvoir de l'écoute
  - Être à l'aise dans les relations aux autres
  - Savoir comment piloter les équipes / les clients
  - Garder implication et motivation
  - Prendre pleinement sa place en interne et avec les clients

## Public

- Femmes et hommes salariés, entrepreneurs, chefs d'entreprises, managers, en pleine carrière et en transition.

## Durée : 48 heures

- 6 journées de formation en groupe de 12 participantes réparties en 3 fois 2 journées de 7h (9h30-13h30 et 14h30-17h30)
- 4 sessions d'1h30 de formation individuelle

## Lieu : Paris 7ème, métro Solférino



## Le programme de la formation « leadership féminin »

**48 heures en 4 mois**

**3 sessions de 2 jours de formation en groupe  
4 sessions de coaching**

**Mois 1 : Coaching  
Formation Leadership Féminin 1**

**Mois 2 : Coaching  
Formation Leadership Féminin 2**

**Mois 3 : Coaching  
Formation Leadership Féminin 3**

**Mois 4 : Coaching individuel**

**X**

**||**

**X**

**||**

**X**

**||**

**X**

Coaching  
Individuel  
Session 1

Formation  
Leadership  
Féminin  
Module 1

Coaching  
individuel  
session 2

Formation  
Leadership  
Féminin  
Module 2

Coaching  
individuel  
session 3

Formation  
Leadership  
Féminin  
Module 3

Coaching  
Individuel  
session 4



**Au programme...**

**1ère session de formation individuelle 1h30**

**Bilan individuel. Les attentes. Les atouts. Les points à améliorer. Plan de progression. Objectifs du programme de formation.**

**Formation 2 jours**

**Partie 1 : s'affirmer et se mettre en valeur**

Les outils de l'affirmation de soi au féminin.

Les bases de la Communication Créatrice de Valeur :

Observation, Sentiment, Besoin, Demande

Développer la confiance en soi – "L'homme intérieur"

Marketing de soi : pour une plus grande présence. Se mettre en valeur, soigner son look, développer sa visibilité en interne et en externe. Prise de parole en public. Se présenter, sa posture, Flash news, les clés du networking.

Prendre le contrôle de soi. Les 5 croyances de base : soit forte – soit parfaite – dépêche-toi – fais des efforts – fais plaisir –

**2ème session de formation individuelle, 1h30**

**Travail individuel et concret sur les points de blocage, la situation professionnelle.**

**Formation de 2 jours**

**Partie 2 : entendre l'autre, le pouvoir de l'empathie**

Les 4 façons de réagir à un message négatif pour garder toute sa force et son énergie

Recevoir une critique. Comment rester calme face à la critique.

Avoir de l'impact en écoutant les autres : le pouvoir de l'empathie

**3ème session de formation individuelle d'1h30**

**Travail individuel et concret sur les points de blocage, la situation professionnelles.**



**Suite du programme...**

**Formation de 2 jours  
Partie 3 : le dialogue influent**

Dire non – Dire les choses difficiles - Exprimer son désaccord d'une façon calme et respectueuse. Entendre un refus  
Demander et remercier. Communication relationnelle : Oser demander. Exprimer les remerciements. La force de la relation. Communiquer ses idées avec force. Trouver les bons argumentaires et les communiquer. Entendre un désaccord. Le dialogue et les stratégies win/win – trouver une solution satisfaisante pour les 2 parties –

**4ème session de formation individuelle**

**Evaluation et bilan du programme de formation. Travail sur des situations précises. Bilan individuel de progression.**



## Pédagogie

**Une méthode unique  
basée sur des théories simples et puissantes**

- **La méthode de Communication Créatrice de Valeur de Marshall Rosenberg**
- **Les croyances de l'analyse transactionnelle**
- **Le networking de Lise Cardinal**
- **La relation à l'argent, de Peter Keonig**
- **L'approche systémique de Palo Alto**
- **L'intelligence Emotionnelle**
  
- **Et sur mon expérience professionnelle de femme salariée, manager puis PDG et sur mon expérience de coach et formatrice avec des particuliers et en entreprise.**
  
- **Chaque session démarre avec une partie théorique illustrée**
  
- **Puis des cas pratiques et concrets, de jeux et de mises en situations.**
  
- **Une pédagogie progressive**
  
- **Des documents pédagogiques sont remis aux stagiaires pour chaque session**



## Commentaires des participantes à la fin de la formation

### Renforcer la motivation et l'implication

"Cette formation m'a donné de l'énergie pour aller de l'avant."

"J'ai compris que ma carrière dépend de moi. Je reprends du pouvoir en préparant les solutions pour mon boss ou mes collègues."

"Je perds moins de temps dans les conflits, je redouble d'efforts et travaille trois fois plus vite. Je suis super motivée."

"Avec les clients, ça se passe bien. En interne, c'est plus difficile de prendre ma place. Ca m'aide pour renforcer ma confiance en moi, en interne."

"J'arrête de râler, j'arrive à sortir de la plainte, je travaille sur mes besoins et ça me redonne de l'énergie, de l'apaisement, de la confiance."

### Mieux gérer le quotidien

"J'ai acquis de nombreux outils, utilisables quotidiennement, pour clarifier des situations simples et même débloquer des situations complexes."

"J'ai été agréablement surprise par le contenu et les conseils donnés"

"Je vais plus facilement chercher de l'aide et déléguer. Avant, je me mettais beaucoup trop de pression à faire tout toute seule".

### Améliorer les relations

"Très utile pour faire le point, prendre du recul pour réfléchir à des situations conflictuelles avec des clients et des collègues, ça m'aide à trouver des solutions à des situations d'impasse en terme de communication".

"J'ai plus d'affirmation face à mon boss, je suis plus claire dans mes explications quand surgissent des problèmes".

"Au lieu de m'énerver dans une discussion, j'arrive à trouver une stratégie gagnant/gagnant."

### Créer de la valeur

"J'ai plus confiance en moi et en l'autre, je me sens mieux et c'est utile pour tous ceux qui travaillent avec moi. On échange mieux, on travaille mieux."

"J'ai testé l'empathie : ça a ouvert des situations. Avec mes managers, je suis plus enthousiaste, plus posée, je me sens plus pro."

"Je suis plus sereine, je prends moins les choses personnellement car je vois les besoins des autres. Je demande à mon boss "qu'est-ce que je peux faire pour t'aider ?" au lieu d'être frustrée."

"Comme j'ai moins peur de demander, je travaille mieux. Comme je sais comment dire un "non" positif, je crée une solution win/win pour tous."

### Résumé

La formation est très appréciée des participantes. Elles sont surprises de découvrir le potentiel et la simplicité de cette méthode de Communication Créatrice de Valeur. Elles comprennent comment s'exprimer et entendre l'autre pour arriver à une stratégie véritablement win/win. Avec des outils concrets pour augmenter leur assertivité, elles améliorent leur communication professionnelle et gagnent en motivation et en implication. Elles gagnent de l'énergie, du temps et de l'efficacité.



## Programme "Leadership Féminin"

### La formatrice



#### Chine LANZMANN

Chine Lanzmann est Coach en Leadership Féminin, auteur et mentor. Elle a 20 ans d'expérience en communication. Pionnière d'internet dès 1985 en lançant la première Communauté Virtuelle des utilisateurs de Macintosh, sa carrière s'est poursuivie à Canal + pendant 9 ans, où elle était journaliste et productrice d'un magazine culturel sur le high-tech « Cyber Culture ». Pour aider les femmes à réussir leur vie, la journaliste devient entrepreneuse avec

« newfam.com », un site web féminin, financé par Apax Partner à la hauteur de 3 millions d'euros.

Chine a découvert le coaching et le Leadership Féminin en Californie et a développé sa méthode unique, Woman Impact, pour développer le potentiel professionnel des femmes. Ses clients sont des entrepreneuses et des hauts potentiels des grandes sociétés dans la Finance, les Médias, les Services et l'Industrie. Elle est invitée à parler de l'affirmation des femmes dans des conférences de HEC Féminin, Sciences-Po Féminin, Polytechnique Féminin et anime son propre réseau de business women. Elle a publié 6 livres dont le dernier « Gagner sa vie en se faisant plaisir » est un best seller (J'ai Lu, 2007) et a été interviewée notamment par le Wall Street Journal, Figaro Madame et TF1.

### L'accompagnement de femmes dans leur carrière

- Coaching individuel avec des dizaines de femmes (entreprises CAC 40, haute Finance, groupes internationaux)
- Animation de formations spéciales "leadership au féminin" en interne et en externe
- Animation d'un réseau féminin de business women depuis 2006
- Animation d'ateliers sur l'asservité et la visibilité dans les réseaux féminins de Grandes Ecoles comme HEC, Sciences-Po, Polytechnique...

### Une coach et formatrice reconnue

- Elle a coaché et formé plus de 300 personnes : managers, dirigeants et reçoit d'excellentes évaluations des formations et coaching.
- Elle est formée à la méthode de communication créatrice de valeur de Marshal Rosenberg (plus de 100 jours de formation), une méthode simple et puissante pour résoudre les conflits.
- Elle est aussi formée par Catherine Henry Plessier, docteur, coach et formatrice à l'intelligence émotionnelle
- Ainsi que par Claudia l'Amoreaux, coach et formatrice américaine de « Learning Conversations » depuis 2003
- Et par Peter Koenig, formateur qui travaille sur la relation à l'argent
- Elle est supervisée quatre heures par mois par Isabelle Constant, formatrice en Analyse Transactionnelle.



## Frais pédagogiques

### 48 heures de formation en 4 mois

- ✓ Prise en charge par une entreprise (formation, DIF):  
6.000 euros€ HT
- ✓ Prise en charge par un particulier ou une petite entreprise : nous contacter pour adapter le tarif à vos revenus.

## Organisme de formation

GoodFutur est un organisme de formation.  
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro  
**11 75 40678 75** auprès du préfet de région d'Ile de France

## Frais d'hébergement et de repas

A la charge des participantes.

## Lieu de Formation

5bis rue de solférino, Paris 7ème, métro Solférino

## Inscription

Par email [womanimpact@womanimpact.com](mailto:womanimpact@womanimpact.com)

## Calendrier des formations en groupe

- 25-26 sept 08 + 23-24 oct 08 + 6-7 nov 08
- 5-6 février 09 + 19-20 mars 09 + 8-9 avril 09
- 28-29 mai 09 + 11-12 juin 09 + 2-3 juillet 09
- Stage résidentiel de 5 jours dans un château form à 1h de Paris du 6 au 10 juillet 09 (voir le descriptif spécifique)

## Les 4 sessions de formation individuelle

Rendez-vous à prendre individuellement.

## Informations et inscriptions :

Amandine NEUVILLE – 01 45 51 97 15  
Mail : [womanimpact@womanimpact.com](mailto:womanimpact@womanimpact.com) -  
site : [www.womanimpact.com](http://www.womanimpact.com)

