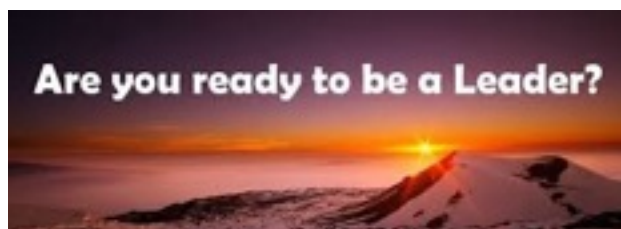


# Comment devenir un bon manager ?



**Les 21 clés à connaître pour devenir un leader !!!**



---

## Préface

### Pourquoi je fais cela ?

Pour rester durablement performantes, les entreprises devront répondre à 8 enjeux

1. une quête de sens,
2. une recherche de confiance au travers l'exemplarité des décideurs, des managers,
3. de l'écoute et de la remise en question, compétence incontournable du leader de demain
4. une reconnaissance individuelle au sein d'une communauté choisie
5. une recherche de convivialité et de bien être
6. une volonté de s'exprimer et de participer à la prise de décision
7. le développement des talents et de l'employabilité de chacun
8. l'implication du manager dans le rôle de formateur (transmission de son expérience)

### Ma mission : Contribuer au développement d'une Économie RESPONSABLE

« Contribuer au développement économique des entreprises, par le bien être des collaborateurs, grâce à la qualité des managers », et « Donner envie aux futures générations de devenir managers et entrepreneurs.

### Mon métier : Pour cela, j'ai choisi un métier : « ENTRAINEUR DE MANAGERS »

« J'entraîne les Femmes et les Hommes d'Entreprise, dans leur quotidien, pour mettre en œuvre :

- un management responsabilisant
- un management développant le potentiel des équipes
- un management authentique, simple et vrai
- un management en cohérence avec l'identité de chacun (individus et entreprises) »

**Mes convictions :** « La performance est affaire de Motivation, de Compétence et de Confiance »

**Mes valeurs :** Plaisir, Progrès, Respect, Responsabilité et Autonomie.

### Pourquoi ce travail sur le manager - leader ?

Avant toute chose, il ne s'agit pas d'opposer manager et leader. Un manager devrait être un leader !!

Mais il apparait souvent que certains managers n'ont pas une vision très claire de leur mission, ils ne croient pas en leur potentiel de leader et ne savent tout simplement pas comment s'y prendre et par où commencer ?

Enfin, dans une société dans laquelle on a tout misé sur le savoir et le savoir faire, on a oublié ce fameux savoir-être qui finalement conditionne beaucoup de choses.

Car, devenir un manager, un leader, c'est d'abord se manager soi !!!!

J'ai donc voulu travailler sur ce thème pour permettre à chacun d'entre vous, d'avoir les moyens de se mettre en mouvement, qu'il soit collaborateur, manager, parent, encadrant...!

---

## Introduction

### Pourquoi devenir un leader ?

Quand on pose cette question aux gens qui veulent devenir leaders, ce qu'ils recherchent, ils répondent :

- vouloir accéder à cette apparente facilité, cette simplicité, cette légèreté, cet accès à une forme de bien être, de sérénité et de sagesse qu'ils perçoivent des leaders.
- chercher à influencer sur leur environnement, pour agir et réaliser des choses sans imposer ni forcer, sans lutter ni créer de la violence ou de la souffrance. Ils cherchent à construire demain tout en restant eux-même.
- aspirer à devenir les entrepreneurs de leur propre vie : « agir et décider en homme et femme libres, et donc libérés de toute contrainte ou force qui pourraient les éloigner de leurs objectifs ; professionnels et personnels.

### Qu'est ce que cela peut apporter, de devenir un leader ?

Il n' y a rien de plus beau et valorisant que d'avoir le sentiment de contribuer à la réalisation de grandes et belles choses. On ressent alors du plaisir, de l'estime personnelle et de la fierté.

C'est ce qui ressort quand on écoute les sauveteurs, les militaires, les éducateurs sportifs ; « C'était mon boulot, je l'ai fait parce que c'est normal, et je suis juste heureux de l'avoir fait et d'avoir réussi car c'est le sens de mon métier et de ma vie !!!

Le leader fait les choses sans attendre rien en retour. En effet le bénéfice à être leader c'est la satisfaction d'avoir agi pour le bien d'une cause en laquelle on croit et dans le respect de ses valeurs et ses principes.

Vivre cette aspiration est déjà une reconnaissance. La reconnaissance de l'autre, quand elle arrive, devient alors la cerise sur le gâteau, le « salaire psychologique »

On connaît du leader, ce que l'on veut bien voir. Certains pensent que c'est inné d'autres pensent que ces personnes ont de la chance.

Mais, On connaît moins ce qui se cache derrière la première apparence :

- du talent ?
- du travail ?
- un don ?

Je vous propose de partir à la découverte de ce qu'il y a de l'autre côté !!!!

Voici ce que je vous invite à travailler, pour à votre tour, si vous en avez l'envie, devenir un leader, et en particulier le leader de vous-même.

---

## Sommaire

5 caractéristiques

2 conditions

7 valeurs

7 croyances

---

## Les 5 caractéristiques qui distinguent les leaders



On confond souvent le leader et l'individu charismatique grand orateur.  
Certes les très grands leaders maîtrisent avec brio cette aisance en communication et cette facilité qui contribue à renvoyer d'eux ce charisme  
Mais les vrais leaders ne sont pas juste des grands orateurs !

1. **Ils se projettent et inspirent** les autres car ils disent pour quoi, ils ont envie de faire les choses.
2. Ils **mettent en sécurité** et créent les conditions d'un travail collaboratif. Ils développent la confiance en l'autre et développent l'esprit de groupe et le travail en équipe.
3. Ils cherchent à prendre les **meilleures décisions possibles**. Pour cela, ils responsabilisent les personnes avec lesquelles ils travaillent.
4. Ils inspirent **confiance**. Au moment d'y aller, ils sont suivis sans hésitation.
5. Ils font passer les **intérêts d'autrui avant leurs propres intérêts**

---

## Les 2 conditions pour devenir un leader

### Le contexte



C'est l'événement qui permet à une personne, de poser des actes et des actions et donc de se mettre en situation d'être perçu comme un leader ; d'où l'expression "prendre le lead"

### Le groupe

C'est lui qui véritablement reconnaît le leader ! La légitimité se gagne, elle ne se donne pas !



## Les 7 valeurs qui contribuent à développer la force mentale des leaders



Nous agissons, réagissons en fonction de ce qui est important à nos yeux. Nos comportements, nos choix sont dictés par nos filtres de nos valeurs et de croyances. Le système de valeurs se construit au fil des ans, sous l'influence de notre environnement, de nos expériences et de nos prises de décisions. Ce qui est frappant chez les leaders, c'est de voir à quel point, ils ont su développer une véritable « **force mentale** »

Voici les valeurs fondamentales des leaders et des athlètes de haut niveau.

### Valeur 1 : La passion

C'est le besoin d'alimenter le feu intérieur C'est l'inverse de faire les choses par obligation ou par habitude. Elle se nourrit d'imagination, de rêve et d'ambition

### Valeur 2 : La discipline

C'est une motivation froide et lente, sans éclat. Elle vient en complément de la passion, quand celle-ci s'émousse un peu. Elle apporte à la passion constance et rigueur.

### Valeur 3 : La volonté

C'est la capacité à définir et déterminer avec précision ce qu'ils veulent puis à se focaliser dessus. C'est l'ambition, qui s'affirme par l'audace.

### Valeur 4 : Le respect

Elle est fondamentale dans l'éducation de la vie ; respecter les autres, les règles, mais aussi soi. Il s'agit de ne pas se mentir, mieux se connaître pour pouvoir se regarder en face en toutes circonstances.

### Valeur 5 : L'humilité

Atteindre un résultat tient parfois à peu de chose. Vouloir atteindre la perfection est parfois utopique, il vaut mieux accepter avec philosophie l'imparfait. Elle est compatible avec l'ambition. La différence entre l'ambition et la prétention est justement l'humilité

### Valeur 6 : La maîtrise de soi

Nos images dictent nos comportements, conséquence de nos valeurs et de nos croyances La seule chose que l'on peut maîtriser, c'est la façon dont on va réagir aux événements. La vraie force mentale consiste à conserver son calme, sa sérénité et sa confiance après une erreur, une défaite, une frustration.

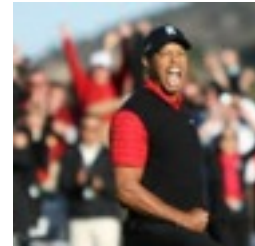
### Valeur 7 : L'intelligence.

C'est la capacité à sélectionner dans son environnement, les informations utiles pour bien décider. C'est garder de la hauteur de vue en mettant une juste distance affective par rapport aux choses.



# A vous de jouer et de passer à l'action

Notre système de valeurs n'est pas figé, on peut le faire évoluer en le mettant au service de nos aspirations. Ainsi d'autres mots vous iront sans doute mieux ex : audace, sérénité, courage constance.... A chacun de choisir



Faites comme les sportifs de haut niveau. Développer tout de suite une attitude, une posture à l'aide d'un **TOTEM**

- choisissez 3 valeurs fortes
- associez-y une image
- affichez ce TOTEM afin de le voir chaque jour
- agissez chaque jour en leader

Maintenant que vous vous êtes conditionnés à devenir un leader, choisissez **3 actions concrètes à mettre en oeuvre là, tout de suite maintenant**, chaque jour, en lien avec votre TOTEM. Choisissez votre contexte et votre groupe !

Par exemple vous pouvez décider de vous positionner en leader :

- aidez vos enfants dans leurs difficultés scolaires, pour les aider à y croire, à garder confiance. Encouragez-les, soulignez leurs progrès (volonté)
- passez du temps avec un collaborateur en difficulté. Transmettez votre énergie, votre enthousiasme, votre passion. Aidez-le à se reconnecter avec ses propres sources de plaisir pour l'aider à repartir (passion)
- prenez 10-15 mn chaque jour relire votre journée et retenir le positif. Transformez en plan d'action et en progrès ce qui n'a pas fonctionné (maîtrise de soi - Intelligence)

**Bravo !!! Ca y est !!!**

Sans vous en rendre compte, vous êtes déjà en train d'envoyer à votre cerveau le message : « **j'ai décidé d'être chaque jour un leader** »

Répétez chaque jour ces nouvelles postures pour en faire des pratiques inconscientes.

**Votre totem avec 3 valeurs fortes, vos 3 actions, la relecture positive de votre journée.**

C'est par la répétition du geste que s'ancre un nouveau savoir !!!

A la fin de chaque journée, faites votre bilan. Qu'avez-vous remarqué ? Que ressentez-vous ? A la fin de chaque semaine, en leader que vous êtes, décidez de nouvelles actions !



## Les 7 croyances sur lesquelles travailler pour développer un mental de LEADER



Qu'est-ce qu'une croyance ? Il s'agit de petites phrases que l'on se dit à soi-même, au sujet de certaines situations et de notre capacité à les affronter.

Certaines croyances ont un effet positif sur notre job, notre vie, les résultats. Elles ont un effet de booster. D'autres au contraire ont un aspect négatif et limitant.

Dans les deux cas, ne jamais perdre de vue ses objectifs !!!

Le secret consiste à transformer nos

croyances négatives en croyances positives, en y associant des images.

Nos croyances orientent nos comportements, nos choix et donc souvent nos résultats.

Croyance 1 : On devient ce que l'on croit être.



*Proverbe anglais : « le pouvoir est moins fort que le vouloir »*

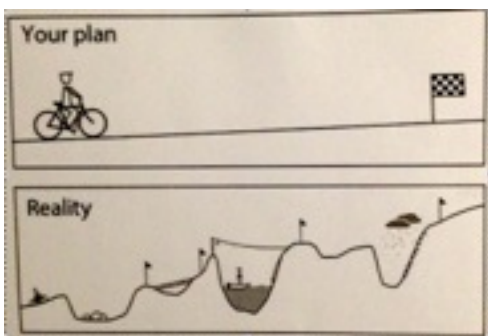
Notre cerveau enregistre les messages négatifs. *Je suis un loser, je suis nul »*

S'ils arrivent, effaçons-les immédiatement de notre pensée et envoyons tout de suite au cerveau un message positif en lui associant une image positive. « *Je suis un leader, je suis bon »*

A force de répétition, nos mots et images deviennent notre pensée réelle

Exercice : chaque matin je dis "Je suis quelqu'un de bien, et quoi qu'il arrive, je resterai une belle personne, quelqu'un de bien » A vous de personnaliser.

Croyance 2 : Celui qui veut constamment, réussit forcément !



*Gandhi : « Croire en quelque chose et ne pas essayer de le vivre, c'est malhonnête »*

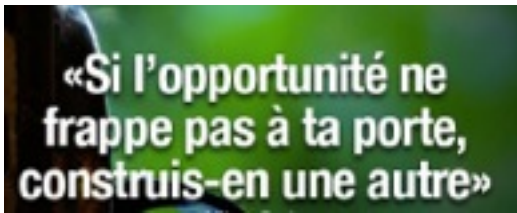
Elle s'appuie sur 3 valeurs ; « *volonté, discipline et ambition »*

Mettre de la constance dans sa volonté, les résultats viendront tôt ou tard

Exercice : Avant de vous lever, dites-vous : « lève toi et vit tes rêves, ou reste couché pour les rêver ! »

Gardez votre totem sous les yeux, et relisez le régulièrement !

### Croyance 3 : Voir le verre à moitié plein, et son avantage



*Churchill : un pessimiste voit la difficulté dans chaque opportunité, un optimiste voit l'opportunité dans chaque difficulté »*

Elle renvoie à une qualité indispensable : *l'adaptabilité* Cela consiste à voir les opportunités derrière les contraintes. Retenir le positif. Ne pas

attacher d'importance à ce que l'on ne peut pas contrôler.

Parfois ce que je vois comme des contraintes ne s'applique pas que sur moi, mais à tout le monde. Je peux alors, si je le décide d'en faire un avantage.

Une difficulté peut devenir un challenge intéressant dont je sortirai grandi. C'est une opportunité pour agir, apprendre et progresser

Exercice : chaque jour, répétez-vous les phrases suivantes :

« quoi qu'il arrive, c'est un avantage pour moi » « quand cela tourne mal ; c'est bon signe »

### Croyance 4 : Derrière l'impossible, il y a le possible



*Thomas Edison : « le meilleur moyen de réussir, c'est toujours d'essayer encore une fois »*

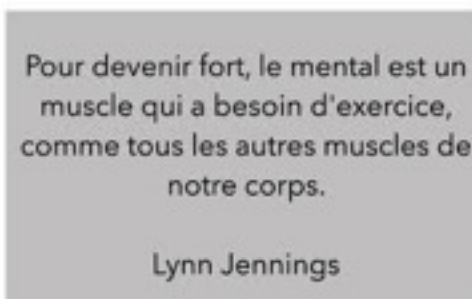
Tant qu'il y a de l'espoir, aussi mince soit-il, il faut y croire

Tant que c'est possible, il faut jouer le coup à fond !

Si l'objectif de départ ne peut plus être atteint, alors changer l'objectif avec lucidité. Cela ne veut pas dire craquer !

Exercice : chaque jour rappelez-vous que c'est souvent l'impatience qui nous fait perdre, abandonner, renoncer ou nous décourager

### Croyance 5 : Continuer à se battre jusqu'au bout



*Charles Baudelaire : « une succession de petites volontés fait un gros résultat »*

Si l'objectif de départ ne peut pas être atteint, se projeter plus loin. Cela reste quoi qu'il en soit une expérience, une opportunité pour s'entraîner.

Cela permet de continuer à viser un niveau d'excellence. C'est déjà mentalement se préparer pour le prochain objectif

Exemple : « Celles et ceux qui ont décidé de changer de job. Rester investi est la meilleure façon de se revendre en externe »

Exercice : Chaque jour poser vous la question, surtout quand cela ne va pas bien : « Pourquoi me réjouir ? »



Croyance 6 : L'échec n'existe pas, il n'y a que des opportunités pour progresser.



*W. Shakespeare : « Se lamenter sur un malheur passé, voilà le plus sûr moyen d'en attirer un autre »*

Le poids de chaque mot contient une charge émotionnelle, qui résonne positivement ou négativement. C'est le cas pour le mot échec. Il est associé à une faute et de la culpabilité.

On a le droit à l'erreur, tous. L'important consiste à tirer les enseignements pour l'après, définir ce qu'il faut modifier

C'est un état d'esprit fondamental

Exercice : Utiliser des mots et des phrases positives, même quand il s'agit d'avoir un regard critique d'une situation. Par exemple, remplacez « échec » par « résultat » ou « expérience ». Le mot résultat fait référence à une production donc à un effort fourni. En cela il y a une source de reconnaissance et de valorisation

Croyance 7 : La quête de l'excellence est plus importante que la simple performance.



*Ralph Waldo Emerson : « Le but de la vie, ce n'est pas l'espoir de devenir parfait, c'est la volonté d'être toujours meilleur »*

Le résultat et « le comment » du résultat sont tout aussi importants. Derrière le « comment » du résultat, il y a deux autres quêtes :

- L'excellence par le plaisir.
- L'excellence par la recherche du progrès dans la durée

La perfection n'est pas atteignable et par conséquent frustrante, au contraire de la recherche d'excellence, source de plaisir. La performance en soi n'est donc qu'une étape ... Pour passer de la performance à l'excellence, il faut développer 2 valeurs essentielles : « l'humilité et l'ambition »

Exercice : Chaque jour dites-vous que la réussite et le bonheur sourient à ceux qui font les choses non pas avec raison, mais avec passion !



## A vous de jouer en passant à l'action.

dans l'exercice précédent, vous avez pris la décision de mettre chaque jour 3 actions concrètes pour devenir un leader.

A l'aide de votre TOTEM, chaque jour, vous vous rappellerez votre beau défi ! Il vous aidera pendant les moments de doute !

Bien que vous vouliez devenir un leader, **votre inconscient va essayer de tout mettre en oeuvre pour vous en empêcher** et rester ainsi dans sa zone de confort. C'est un peu comme si vos deux cerveaux (celui du pilotage automatique et celui du changement) se livraient une bataille contradictoire. Vous en doutez ?

Un petit exemple en lien avec la Croyance 6 :

*« si je n'atteins pas le résultat, je n'aurais pas respecté mon engagement et ce sera un terrible échec personnel »*

On ressent la culpabilité en lien avec la non atteinte d'un objectif (je n'ai pas respecté ma parole) et la honte de ne pas avoir été à la hauteur (on n'a pas le droit d'échouer)

Pour éviter l'auto-sabotage, il faudrait se dire

*« Je mets tout en oeuvre pour atteindre l'objectif et je me concentre chaque jour à fond sur les actions qui contribueront à son atteinte. L'échec n'existe pas, il n'y a que des opportunités pour progresser »*

Autre exemple : l'image négative renvoyée par certains leaders

*« Réussir et avoir de l'ambition, c'est écraser les autres pour y arriver et ça ce n'est pas moi »*

*« pour moi, réussir, c'est oser exprimer son ambition, avec humilité, dans le respect de mes valeurs et dans le respect des autres »*

**Choisissez deux croyances limitantes** et rédigez les de manière positives

Ajoutez sous votre TOTEM les phrases que vous souhaitez régulièrement vous lire et vous relire.



**Maintenant vous êtes prêt, vous avez**

- pris des décisions d'actions concrètes
- identifié vos croyances. Elles sont encodées en langage positif pour votre cerveau
- vous y avez associé une image.

**Laissez faire votre cerveau ! Vous avez déjà fait 30% du chemin.**

Bon entraînement