Nolwenn Evolution

LE SAUT ÉVOLUTIF

Le programme d'évolution pour devenir manager-leader en 90 jours



2026



Contexte

DEVENEZ LE LEADER SPONTANÉ ET IMPACTANT QUE VOUS RÊVEZ D'ÊTRE

- **Vous prenez une nouvelle fonction managériale.**
- **Vous souhaitez faire un point sur votre pratique managériale et sur votre leadership.**
- **Vous éprouvez le besoin de plus de sérénité et plus de confort dans votre pratique de dirigeant.**
- **Vous souhaitez développer vos compétences relationnelles et communicationnelles au service de votre entreprise et/ou de votre équipe.**
- **Vous souhaitez structurer votre vision et mettre en place un plan d'action.**



Vous êtes manager ou leader et vous vous retrouvez dans ce type de situations ?

Vous jonglez avec des urgences quotidiennes, des deadlines serrées et des responsabilités écrasantes, ce qui érode votre efficacité et votre bien-être.

Vous vous sentez perdu, sans direction claire, ce qui impacte la motivation et l'alignement de votre équipe.

Les conflits récurrents et une mauvaise gestion des émotions créent des tensions au sein de votre équipe, nuisant à la productivité et à la cohésion.

Vous vous dispersez sur trop de tâches et perdez de vue vos priorités, ce qui affecte votre capacité à diriger efficacement.

Vous ne parvenez pas à structurer votre management de manière claire et l'efficacité de votre équipe s'en ressent.

Vous avez du mal à déléguer efficacement, ce qui vous surcharge et empêche vos collaborateurs de développer leur autonomie et leur potentiel.



Devenez un leader naturel
Un dispositif complet de mentorat

Découvrez une nouvelle approche du leadership

Pré-requis
Être en situation de direction, d'encadrement supérieur ou en situation de prise de fonction managériale

Solution d'accompagnement proposée

Un dispositif complet de mentorat 1:1 en visio – 6 séances

- Une séance initiale de 1H30
- 5 séances individuelles de tutorat managérial de 1 heure
- Les supports qui soutiennent les apports – vidéos - PDF

Une formation complète

- Découvrez les 8 voies du management écologiques
- 8 modules de formation incluant des vidéos, des cas pratiques et des exercices.
- Durée totale de 10h.

Exemples d'objectifs pédagogiques

- Développer son charisme et sa légitimité.
- Identifier ses préférences communicationnelle et relationnelle : points forts, zone de surmenage, leviers de progression.
- Analyser sa pratique professionnelle et sa posture de leadership.
- Ajuster sa posture pour éprouver plus de confort et de sérénité.
- Construire un cadre de management adapté.
- Créer un collectif dynamique.
- Accompagner et déployer les changements.

LE PROGRAMME DE LA FORMATION

INTRODUCTION

Pourquoi avons-nous besoin du leadership ?

VOIE 1 : Modéliser sa posture de leader

- Développer sa vision
- Travailler sa congruence et son authenticité
- Identifier les sources de légitimité
- Connaitre le cycle expert- leader-manager.

Cette séquence permet à chaque apprenant de prendre conscience de son style comportemental et de ses forces motrices. Les participants prennent conscience de leurs atouts et de leurs leviers de progression.

OUTILS : Golden Circle - Niveau logiques de DILTS

VOIE 2 : Construire son cadre managérial

- Créer un cadre sécurisant
- Nourrir le besoin d'ordre et de clarté
- Fixer des objectifs structurants
- Analyser et formaliser ses process
- Construire son projet managérial

Cette seconde séquence permet aux managers de professionnaliser leur pratique en l'explicitant.
Elle offre de la clarté et sécurise la pratique. Le cadre devient le socle qui permet de déployer en toute sécurité la gestuelle managériale.

OUTILS : Méthode SEA, management situationnel, SMART.

VOIE 3 : Favoriser l'autonomie et la responsabilisation

- Nourrir les besoins et les sources de motivation en situation de management
- Adopter le cycle de la délégation
- Favoriser l'autonomie
- Adopter l'orientation solution et favoriser l'expérimentation

Cette troisième séquence vise la construction d'un collectif de travail uni et fondé sur l'autonomie.
Les managers s'entrainent à partager équitablement les responsabilités.

OUTILS : boite à outils de la motivation, cycle délégatif, méthode de résolution de problème, pop-corn flow.

VOIE 4 : Rythmer le travail, reprendre la main sur son agenda

- Identifier son rapport au temps
- Orchestrer le temps du collectif
- Favoriser le bien-être individuel et collectif
- Ne plus choisir entre efficacité et sérénité

Cette quatrième séquence est essentielle pour maintenir l'efficacité du manager et de son équipe à long terme. La gestion sereine du temps est un enjeu majeur de la pratique managériale.

OUTILS : Matrice Eisenhower, élagage, flot, deep work .

VIDÉO DE TRANSITION :
En quoi les conflits sont une source de progression ?
Pourquoi la coopération est la clef de notre évolution ?

VOIE 5 : Favoriser la coopération au sein du collectif

- Créer les condition de la coopération
- Construire un collectif de travail dynamique
- Favoriser l'initiative et la créativité
- Soutenir l'engagement à long terme

Cette cinquième séquence propose des outils concrets pour aider les managers à construire une équipe interdépendante et dynamique. La règle d'or : le collectif est bien plus que la somme des individus.

OUTILS : cycle de l'autonomie, méthode participative, réunions dynamiques

VOIE 6 : Promouvoir et accompagner le changement

- Connaitre le cycle du changement
- Identifier les sources de résistance
- Mener un changement au sein de son collectif

Cette sixième séquence apporte une meilleure compréhension des résistances à l'oeuvre en situation de changement. Elle outille le manager pour parvenir à promouvoir le changement et valoriser l'innovation.

OUTILS : Courbe du changement, La cristallisation selon Kurt Lewin, Neurosciences et changement, sociodynamique.

VOIE 7 : Communiquer avec assertivité

- Pratiquer la communication bienveillante
- Créer une culture interne du feed-back
- Utiliser la communication non-violente
- Analyser les process de transmission de l'information
- Prendre la parole avec conviction

Cette septième séquence renforce les compétences communicationnelles des managers. Savoir communiquer avec clarté, concision et de manière convaincante est une clef de l'efficacité managériale. Fluidifier en interne la circulation de l'information garantit un haut niveau de performance du collectif.

OUTILS : CNV, Outils du feed-back, posture du communicant

VOIE 8 : Apaiser les tensions au sein du collectif

- Identifier les sources de tensions
- Mettre en place une médiation
- Développer son intelligence émotionnelle

Les conflits en entreprise pèsent sur le bien-être et sur les résultats. Un manager doit être en mesure de réguler le niveau de tension et de résoudre les conflits. Cette huitième séquence propose un panel d'outils pour affronter les situations d'inconforts. Elle permet également aux managers de développer leur intelligence émotionnelle au service de leur leadership.

OUTILS : Triangle de Karpman, Emotions selon Eckman, Méthode de résolution de conflits

AGENDA PRÉVISIONNEL et lieu :

Séance 1:1 = en visio via ZOOM,
dates à convenir de gré à gré.



Modalités pédagogiques

- Les modules de formation sont communiqués en fonction des outils utilisés en séance.
- Les rendez-vous ont lieu en visio via GOOGLEMEET.
- L’agenda est fixé en début de dispositif.

Pour toute adaptation au public en situation de handicap, merci de nous contacter à l’adresse suivante: **n.assollant@gmail.com**

Modalités suivi et d’évaluation du dispositif

- Un questionnaire préalable d’auto-positionnement est envoyé à l’apprenant.
- Chaque séance individuelle fait l’objet d’un émargement électronique.
- Un questionnaire d’évaluation du dispositif est communiqué à l’issue du dispositif.



PRIX ENTREPRISE : 2 590 € TTC par manager
PRIX PARTICULIER : 2 290 € TTC

Payable en 5 fois
Certifiée et finançable QUALIOPI

PRIX valable au 1er décembre 2026 et valable 12 mois.

LES BÉNÉFICES CONCRETS DE LA MÉTHODE

- Établissez des structures claires et concentrez-vous sur l'essentiel pour diriger avec efficacité.
- Clarifiez vos objectifs et partagez une vision inspirante qui motive et aligne votre équipe.
- Reconnectez-vous à vos valeurs fondamentales et pratiquez un leadership authentique, fondé sur la clarté et la simplicité.
- Apprenez des techniques de gestion du stress pour retrouver un équilibre sain entre vie professionnelle et personnelle.
- Développez des compétences en communication et en gestion des émotions pour créer un environnement de travail harmonieux.

Réserver un appel de 30 minutes



LE CAS CLIENT DE MARC

Marc a récemment été promu manager d'une équipe technique dans une entreprise en pleine croissance. Avant cette promotion, Marc était un expert reconnu pour ses compétences techniques.

Cependant, devenir manager a complètement changé son quotidien, et il ne se sentait **pas du tout préparé à ces nouvelles responsabilités.**

Le premier obstacle auquel Marc a été confronté était son **incapacité à déléguer.**
En tant qu'expert, il avait l'habitude de résoudre les problèmes par lui-même et de s'assurer que chaque tâche soit bien exécutée. Maintenant qu'il est manager, il continue d'essayer de tout faire seul, incapable de faire confiance à son équipe pour prendre en charge certaines tâches. Cela l'a rapidement **submergé**.

Le résultat ?
Ses journées étaient longues et éreintantes, et Marc ne voyait plus le bout des urgences qui s'accumulaient sur son bureau. Il travaillait tard le soir, souvent le week-end, pour essayer de rattraper le temps perdu. À force de vouloir tout contrôler, Marc avait créé un goulot d'étranglement : toutes les décisions passaient par lui, retardant les projets et frustrant son équipe qui, elle aussi, se sentait bloquée et non valorisée.

Marc savait qu'il devait déléguer, mais chaque fois qu'il tentait de le faire, il se sentait pris de doute. "Et si la tâche n'était pas bien faite ? Et si je dois tout reprendre derrière ?" Ces questionnements l'ont poussé à reprendre lui-même les dossiers, ce qui a accru sa charge de travail et son épuisement.

Après avoir entamé le programme, Marc a appris à faire confiance à son équipe et à déléguer efficacement.

Ensemble, nous avons mis en place des outils de suivi qui lui permettaient de garder **une vision claire des projets** sans être directement impliqué dans chaque étape. Il a également **travaillé sur sa posture de manager**, en apprenant à donner des **consignes claires et à faire des feedbacks constructifs** pour que ses collaborateurs puissent prendre plus d'autonomie.

En quelques semaines, Marc a vu une nette amélioration dans la gestion de son temps et dans les performances de son équipe. Ses journées sont devenues plus gérables, et son équipe s'est révélée beaucoup plus motivée et proactive. En prenant du recul, Marc a pu reprendre son rôle de leader stratégique, se concentrant sur la vision à long terme et laissant à son équipe la liberté de gérer les tâches opérationnelles.

Aujourd'hui, Marc a retrouvé **un équilibre entre sa vie professionnelle et personnelle**, et il a développé **une relation de confiance avec son équipe**. Il a compris que son rôle n'était plus de faire, mais d'accompagner et de soutenir ses collaborateurs.



LE CAS CLIENT D'ÉLODIE

Élodie a été l'une de mes clientes.

En tant que manager, elle avait du mal à trouver la bonne posture avec ses collaborateurs, notamment avec une collaboratrice avec qui elle avait développé une relation amicale.

Ce qui semblait au début être une ambiance de travail agréable a vite dégénéré lorsque les responsabilités de management sont devenues plus complexes.

Le respect mutuel s'effaçait progressivement, et donner des feedbacks à cette collaboratrice devenait une véritable épreuve.

À chaque fois qu'Élodie devait donner un feedback, sa collaboratrice ne prenait plus ses remarques au sérieux. Les tensions augmentaient au point où Élodie, au lieu de s'affirmer en tant que leader, se sentait angoissée à l'idée de donner un feedback.

Elle se retrouvait dans une **posture de faiblesse**, **perdant l'autorité** nécessaire pour mener son équipe efficacement.

Cette situation est très courante chez de nombreux managers qui, comme Élodie, ont du mal à établir la bonne distance professionnelle, surtout lorsqu'ils étaient proches de leurs équipes avant d'endosser ce rôle.

Le poids des responsabilités les épuise, et chaque interaction devient une source de stress. Cela nuit non seulement à leur bien-être personnel, mais aussi à la performance de l'équipe.

Après avoir travaillé ensemble, Élodie a appris à reprendre **le contrôle de la situation.**

Nous avons travaillé sur la manière de fixer des limites claires entre relations personnelles et professionnelles, de restaurer le respect mutuel, et surtout, de retrouver confiance en ses capacités de leader.

En l'espace de 3 séances, Élodie a non seulement rétabli une dynamique positive avec son équipe, mais elle a également gagné en sérénité.

Grâce à cet accompagnement, **elle a appris à déléguer efficacement, à donner des feedbacks sans crainte, et à instaurer une véritable coopération au sein de son équipe**. Elle est passée d'une situation où chaque réunion était une source d'angoisse à une **posture de leader calme, confiante, et respectée.**



06 17 97 00 82
n.assollant@gmail.com
www.nolwennevolution.com

J'accompagne depuis 15 ans des comités des directions, des managers, des dirigeants et des équipes de recherches vers l'excellence, la résilience, l'innovation et l'adaptation.

DIRIGEANTE - Nolwenn Assollant EURL - 2012
BtoB / BtoC
Consulting - formation - conférences - coaching
Management - Accompagnement du changement - Leadership
Soft skills - Gestion du stress et des émotions au travail
Tous mes dispositifs sont certifiés Qualiopi et CPF.

FORMATIONS
Certification DISC - Assessment 24/7 - 2021
Cohérence cardiaque - Dr D. O'HARE - Paris -2017
DESU pratiques du coaching - Paris VIII - 2009
MASTER II en Théorie de l'information et de la communication - Université Paris III - Sorbonne Nouvelle - 2009
MASTER II - Paléontologie - Muséum National d'Histoire naturelle - 1999

OUTILS ET MÉTHODES
Analyse disc - Cohérence cardiaque - Systémique - Pratiques narratives - Jeux et mises en situation - Créativité.

Réserver un appel de 30 minutes

https://calendly.com/nolwennevolution

Ils ont accompli leur SAUT ÉVOLUTIF !



Nina Soudre · 1er
Responsable engagée de l'Agence CVM (conseil et communication) | ESS - Santé - Inégalités de genre
Le 21 octobre 2024, Nina a été le/la client(e) de Nolwenn

J'ai eu la chance d'être accompagnée par Nolwenn pendant les 6 premiers mois de ma prise de poste. J'avais besoin d'être guidée et conseillée avec des méthodes concrètes pour manager, prendre confiance et développer mon leadership. Avec son écoute bienveillante et sa disponibilité, Nolwenn m'a apporté tout ça et plus encore. Elle m'a aidé à prendre de la hauteur sur les situations complexes et à prendre soin de moi pour prendre soin de mon environnement pro. Je vous recommande vivement de suivre son accompagnement (le saut évolutif) si vous souhaitez évoluer dans votre management et votre leadership.





Aline Carré · 1er
Déléguée générale - Fédération Française de Cardiologie
Le 22 août 2024, Aline a été le/la client(e) de Nolwenn

J'ai choisi de travailler avec Nolwenn après avoir suivi son parcours sur LinkedIn, attirée par sa vision du management qui résonnait avec mes propres valeurs.
Nolwenn ne se contente pas de dispenser des conseils génériques ; elle propose un accompagnement sur mesure, centre sur une compréhension fine de nos besoins, nos enjeux et nos aspirations.
Ce que j'ai particulièrement apprécié, que ce soit dans les points individuels comme dans les formations en ligne, c'est la façon dont elle aborde des points précis, avec des conseils immédiatement activables.
On part de chaque séance avec des outils concrets pour progresser, mais aussi avec une vision plus claire et structurée pour atteindre nos objectifs.
Nolwenn sait créer un espace de confiance et d'échange authentique.
Le petit plus : elle fédère une communauté de managers engagés où l'entraide et le partage d'expériences enrichissent notre quotidien.
Je recommande vivement Nolwenn à tous ceux qui cherchent à évoluer dans leur pratique du management avec sens et authenticité.





Laurent KODJIKIAN
5 reviews • 0 photos

★★★★★ 22 Mar 2023

Formatrice douée, à l'écoute, de très bons conseils, empathique et avec beaucoup d'expérience ! Je la recommande vivement. Professeur KODJIKIAN, Ancien Président de la SFO, Professeur de médecine

Visited in March 2023



Nolwenn Bernache-Assollant
Owner

22 Mar 2023

Merci beaucoup Laurent pour ce retour ainsi que pour la grande qualité du partage de votre vision du management et du leadership !