



# Manager avec humour : «Un levier de leadership positif et mobilisateur »

Utiliser l'humour comme levier de motivation et de cohésion dans le management

**Durée** : 2 jours

**Public** : Cadres de santé, Managers, encadrants, chefs de projet, responsables d'équipe.

**Prérequis** : Aucun

**Méthodes pédagogiques** : Apports conceptuels, études de cas, mises en situation et analyse réflexive.

**Modalités d'évaluation** : Quiz, observation des activités, plan d'action individuel.

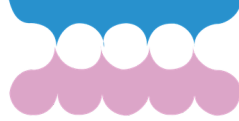
## CONTEXTE

Le management moderne repose sur la capacité à inspirer et fédérer. L'humour, utilisé avec discernement, constitue un outil puissant pour renforcer la cohésion, motiver les équipes et désamorcer les tensions. Il contribue à un leadership authentique et engageant.

## OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Comprendre les apports et limites de l'humour dans le management.
- Mobiliser les apports des neurosciences pour comprendre l'impact de l'humour sur la motivation et la cohésion
- Développer une posture de leader intégrant un humour bienveillant et mobilisateur.
- Utiliser l'humour pour renforcer la cohésion et gérer les tensions.
- Expérimenter des techniques gamifiées pour animer et motiver son équipe.
- Intégrer l'humour dans les communications digitales managériales (mails, vidéos, réseaux sociaux internes).





## Contenu

### Neurosciences et management par l'humour

- Ocytocine et cohésion : l'humour comme créateur de confiance.
- Réduction du cortisol : humour et diminution du stress.
- Dopamine et motivation : pourquoi l'humour stimule l'engagement.
- Plasticité neuronale et créativité : l'humour comme moteur d'innovation.

### Humour et leadership

- L'humour comme vecteur de confiance et d'engagement.
- Psychologie positive et management par l'humour.
- Adapter son humour à son style de leadership.

### Relation managériale et humour

- L'humour comme outil de reconnaissance et de valorisation.
- Désamorcer des tensions relationnelles par un humour constructif.
- Les risques de malentendus et la nécessité de clarifier ses intentions.

### Gamification et management humoristique

- Défis collectifs pour transformer des consignes managériales en messages humoristiques mobilisateurs.
- Simulations gamifiées pour tester l'humour en situation de management.
- Cartes "intervention humoristique" pour désamorcer un conflit.

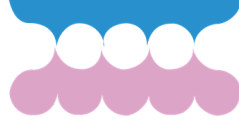
### Humour et communication digitale managériale

- Accroches humoristiques dans les mails d'équipe.
- Vidéos internes avec une touche de légèreté pour motiver.
- Réseaux sociaux internes (Teams/Yammer) : humaniser le message avec humour.
- Précautions à prendre pour rester professionnel et inclusif.

### Les limites et précautions

- Sarcasme, humour excluant, perte de crédibilité.
- Sensibilité aux contextes et aux profils d'équipe.





## ACCESSIBILITE

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à contacter notre référent handicap afin d'étudier les possibilités d'adaptation et d'accompagnement:

**Guillaume PENET [contact@alteforma.fr](mailto:contact@alteforma.fr)**

Prix : 1190 euros/jour/groupe hors frais de déplacement).

Nos prestations sont exonérées de TVA en application de l'article 261-4-4 du CGI.

[contact@alteforma.fr](mailto:contact@alteforma.fr)

**06 60 79 98 43**

**a**  
altéForma

