

SOMMAIRE



Avant-propos. La méthode pour manager
comme vous êtes..... 13



Introduction. Et si on repensait le management ? 15

Les racines du management équilibré : comprendre les mécanismes humains pour manager en conscience



Chapitre 1. Les mots-clés de la méthode 19



Chapitre 2. Le management d'entreprise et le sport
de haut niveau : une quête commune de performance 25



Chapitre 3. Le cerveau au cœur de l'approche 45



Chapitre 4. Une approche physiologique au cœur
du management 53



Chapitre 5. La motivation : le cœur du management
équilibré..... 61



Chapitre 6. Savoir reconnaître et respecter les cycles..... 67



Chapitre 7. Gérer les émotions, c'est gérer des seuils,
pas des gens 73



Chapitre 8. Les profils émotionnels : comprendre
avant de corriger 79

Faire grandir les talents : détecter, recruter, intégrer et accompagner chaque potentiel de manière personnalisée



Chapitre 9. L'organigramme de l'arbre : le jardin des talents	89
---	----



Chapitre 10. Recrutement et compatibilité comportementale	97
---	----



Chapitre 11. L'intégration et le mode d'emploi des talents	103
--	-----



Chapitre 12. La réorganisation des talents : défragmenter pour reconstruire	109
---	-----



Chapitre 13. Valoriser les compétences autrement	115
--	-----

Créer un écosystème de confiance et de liberté : équilibrer les dynamiques collectives pour une performance durable et fluide



Chapitre 14. L'importance de l'écosystème	125
---	-----



Chapitre 15. La confiance comme point de départ, pas de destination	131
---	-----



Chapitre 16. La liberté comme moteur d'engagement	137
---	-----



Chapitre 17. Quand la passion devient un levier de management	143
---	-----



Chapitre 18. Lutter contre les injonctions sociétales	149
---	-----

La posture managériale équilibrée : adopter les gestes managériaux qui stabilisent et dynamisent en même temps



Chapitre 19. Le métier de directeur du management..... 161



Chapitre 20. Le manager équilibré : arbitre, coach, capitaine 165



Chapitre 21. Gérer l'énergie, pas seulement le temps..... 171



Chapitre 22. Manager, c'est parfois déséquilibrer (mais pas déstabiliser)..... 177



Chapitre 23. Manager un collectif en tension : reconstruire sans casser..... 183



Chapitre 24. Le modèle du courage managérial dans notre approche 187



Conclusion. L'équilibre comme boussole 193



Bibliographie 199
