

## SOUFFRANCE AU TRAVAIL : ACCOMPAGNER SES COLLABORATEURS POUR PREVENIR, SOUTENIR

2 JOURS POUR VOUS ENTRAINER A REPERER LES SIGNES AVANT-COUREURS DE SOUFFRANCE ET INTERVENIR LE PLUS EN AMONT POSSIBLE POUR ADAPTER VOTRE MANAGEMENT

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Repérer les signes avant-coureurs de souffrance pour intervenir au plus tôt
- Se positionner à sa juste place dans la relation à l'autre
- Adapter son organisation et son management pour tenir ses objectifs professionnels

### METHODES PEDAGOGIQUES

- Apports d'outils méthodologiques
- Ateliers et analyses de situations apportées par les participants
- Jeux de rôle
- Etudes de cas pratique et conseils personnalisés

PREREQUIS : Aucun

### PROGRAMME

### PREV.1.4

#### Prendre de la hauteur pour interroger la situation dans sa globalité

Identifier ses croyances, émotions et ressentis  
Définir ce qui se joue dans sa relation d'aide managériale

#### Souffrance au travail, difficulté individuelle : repérer les signaux

Observer son équipe et les interactions  
Repérer les changements de comportement qui pourraient révéler la souffrance au travail

#### Intervenir en douceur sans bousculer et sans poser de diagnostic

Se positionner avec "justesse" : ni Zorro, ni Zéro  
Adopter une "posture basse" pour laisser la parole circuler  
Etablir le lien grâce à une communication respectueuse  
Développer son empathie pour comprendre sans "prendre" la souffrance de l'autre

#### Questionner sans être intrusif pour dénouer les problématiques liées à la souffrance au travail

Identifier les possibles facteurs de mal-être dans son management  
Éviter les jugements et le piège de la solution "simpliste"  
Frontière vie professionnelle/vie personnelle : savoir jusqu'où ne pas aller...

#### Gérer la relation d'aide individuelle et le pilotage managérial

Soutenir et éviter l'isolement de la personne et/ou sa victimisation  
Adopter une politique de petits pas sans s'écarter des objectifs de l'entreprise  
Limiter le risque de contagion à l'équipe grâce à une communication appropriée

#### Etre au clair sur ses limites et savoir informer son hiérarchique

Les obligations légales du manager face aux RPS  
Donner du sens en passant de l'égalité à l'équité de traitement  
Evaluer les risques de déstabilisation de son propre environnement : isolement, syndrome de l'épuisement du manager

#### Délivrance

Attestation de formation

2 JOURS (14HEURES)

### POUR NOUS CONTACTER

#### MFC

24, rue Morère 75014 PARIS

Tel. : 01 46 77 09 64

Mail : [bienvenue@mediationfc.fr](mailto:bienvenue@mediationfc.fr)

### POUR CONSULTEZ NOS PROGRAMMES

[www.mediationfc.fr](http://www.mediationfc.fr)

### PROFIL FORMATEUR

Consultant Expert en Management,  
Prévention des RPS et Qualité de Vie au Travail

### TARIF

1200,00 € ht

### Convention de Formation

Les frais de repas sont à la charge de l'entreprise



SOUFFRANCE AU TRAVAIL : ACCOMPAGNER SES COLLABORATEURS POUR PREVENIR, SOUTENIR

Merci de retourner ce bulletin dûment complété à MEDIATION FORMATION CONSEIL

REFERENCE DE LA FORMATION .....

.....

Session du ..... au .....

Société .....

Adresse .....

Code Postal |\_|\_|\_|\_| Ville .....

Participant(e) Nom ..... Prénom .....

Profession .....

Adresse : .....

Code Postal |\_|\_|\_|\_| Ville .....

Téléphone ..... E-mail .....

Facturation

Société .....

Adresse .....

Code Postal |\_|\_|\_|\_| Ville .....

Dossier suivi par Mme Mlle M. .... Fonction .....

Autres informations utiles..... Fait à ..... Le .....



Signature