STRESS AU TRAVAIL DES COLLABORATEURS : LE MANAGER ET LE GERER

2 JOURS POUR VOUS PERMETTRE DE COMPRENDRE CE QU'EST LE STRESS, LE VOTRE, CELUI DE VOTRE COLLABORATEUR
MENER UN ENTRETIEN DE SOUTIEN

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Comprendre les origines et effets du stress en situation complexe
Adopter un comportement adapté face aux situations stressantes
Mettre en place un processus de protection pour ses collaborateurs

METHODES PEDAGOGIQUES

Apports théoriques
Partages d'expériences
Exercices en individuel et en grand groupe
Elaboration d'un plan d'action de protection

PREREQUIS : Aucun

PROGRAMME PREV 1.7

Le stress au travail : Définitions et impacts sur la santé
Comprendre les mécanismes du stress
Connaitre les profils de réaction face au stress
Syndrome général d'adaptation
Les 3 phases du stress au travail

Identifier et analyser les situations génératrices de stress
Les Risques Psychosociaux
Les facteurs de stress
Les indicateurs de stress au travail
Les différents profils de stress

Rôle du manager face au stress au travail des collaborateurs
Comprendre l'importance de la maitrise émotionnelle du manager dans les situations à risques
Les 4 composantes du soutien social : émotionnel, informatif, organisationnel et reconnaissance
Apprendre à détecter les collaborateurs « sensibles »
Réagir face à un collaborateur en difficulté
Mener un entretien de soutien

Adapter son management face à ses collaborateurs
Repérer les situations de crise ou de conflit
Agir face à une situation de crise en matière de stress
Maintenir la cohésion interne de son équipe

Accompagner ses collaborateurs
Leur fournir des bases et les aider à surmonter leur propre stress
Communiquer sur leurs objectifs en les soutenant
Donner des signes de reconnaissance
Faire un recadrage avec respect et empathie
Etablir une charte de bonne conduite
Instaurer l'intelligence collective

Délivrance
Attestation de formation

1 JOUR (7 HEURES)

POUR NOUS CONTACTER

MFC
24, rue Morère 75014 PARIS
Tel. : 01 46 77 09 64
Mail : bienvenue@mediationfc.fr

POUR CONSULTEZ NOS PROGRAMMES
www.mediationfc.fr

PROFIL FORMATEUR
Consultant Expert en Prévention des RPS et QVT

TARIF
1200,00 € ht

Convention de Formation

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

STRESS AU TRAVAIL DES COLLABORATEURS : LE MANAGER ET LE GERER

Merci de retourner ce bulletin dûment complété à MEDIATION FORMATION CONSEIL

REFERENCE DE LA FORMATION ……

……

Session du …… **au** ……

Société ……

Adresse ……

Code Postal I__I__I__I__I__I **Ville** ……

Participant(e) Nom …… **Prénom** ……

Profession ……

Adresse : ……

Code Postal I__I__I__I__I__I **Ville** ……

Téléphone …… **E-mail** ……

Facturation

Société ……

Adresse ……

Code Postal I__I__I__I__I__I **Ville** ……

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

Autres informations utiles…… **Fait à** …… **Le** ……

MEDIATION FORMATION CONSEIL

Signature