

FORMATION RH

Limiter les Risques Psychosociaux



Objectif de l'Atelier :

- Evacuer les émotions et ressentis perçus dans les situations complexes liées à leurs fonctions
- Trouver la « juste posture » pour mieux vivre les situations de tension et adapter leurs comportements.

Programme de l'Atelier :

Inventaire des situations délicates associées au contexte actuel :

- Expression de chaque participant sur les situations « types » rencontrées et sur ses ressentis et besoins.
- Partager en équipe ses constats et ses difficultés et ainsi se sentir soutenu et entendu

Gérer une situation relationnelle délicate de manière professionnelle :

- En fonction du contexte et de ma mission : que dire, que faire ? Délimiter sa posture en fonction de son rôle.
- S'entraîner à soutenir un interlocuteur agressif, déprimé... selon les cas présentés par les participants

Se mettre à distance des situations émotionnellement difficiles :

- Bien distinguer la posture relationnelle associée et dissociée,
- S'entraîner à utiliser la posture dissociée dès que la situation est plus difficile sur le plan émotionnel.

Méthodes pédagogiques :

- Analyse des cas rencontrés par les participants au travers d'outils d'Analyse Transactionnelle, de Programmation Neuro Linguistique et/ou de Dialogue Intérieur
- Mises en situation commentées

Modalités d'évaluation :

- Evaluation orale individuelle du niveau de chacun en entrée en formation
- Formulation individuelle des attentes en entrée en formation
- Mises en situation en cours de formation selon les cas des participants
- Evaluation individuelle orale et écrite de fin de formation

Prérequis : Aucun

Public : Tous collaborateurs

Durée : 3,5h

Effectif : 4 à 7

Dates et conditions d'accès : conditions d'inscription et dates de réalisation à définir avec l'entreprise

Règlement intérieur : le règlement intérieur de l'entreprise accueillante s'appliquera lors des formations.

Accessibilité : en distanciel par Teams
en présentiel : lieu choisi avec l'entreprise,
en fonction de son accessibilité aux handicapés

Tarif 2022 : 850€HT, frais réels en sus

Tous mes programmes sont réalisés sur-mesure pour répondre à vos besoins.

Proposition et devis sur simple demande.

Intervenante et Contact :

a.maire@amconseiletcoaching.fr



AM.Conseil
Formation & Coaching

Angélique MAIRE

6 Bis Chemin de la Fosse Ponchon
60280 CLAIROIX
Tél : 06.18.99.94.63



Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Actions de formation



Site internet : amconseiletcoaching.fr

FORMATION RH

Limiter les Risques Psychosociaux