

Formation Management de la résilience des entreprises

Cette formation permet à tout collaborateur d'une entreprise de rebondir après un choc traumatique.

Durée : 7H

Objectifs

Appréhender le concept de résilience et son impact sur la santé physique et mentale au travail.

Connaître les outils pour développer sa résilience individuelle et collective.

A qui s'adresse la formation ?

A tout collaborateur quelque soit son niveau hiérarchique dans son entreprise ou établissement.

Prérequis

Aucun

Organisation

Salle de formation,
Théorie 60% / Pratique 40%,

Méthodes pédagogiques

Formation heuristique, démonstrative, participative.

Programme

I – Qu'est ce que la résilience ?

- Définition de la résilience individuelle et collective.
- Appréhender le concept de résilience et son impact sur la santé physique et mentale au travail,
- Les différentes étapes suite à un choc,
- Les 4 facteurs de la résilience,

II – Les enjeux du management de la résilience

- Au niveau des entreprises, (l'environnement V.U.C.A),
- Au niveau des équipes,
- Au niveau des salariés.

III – Les 3 dimensions du management de la résilience :

- Capacités individuelles,
- Processus,
- Un nouvel état d'esprit.

IV – Comment instaurer une culture de la résilience ?

- Etape 1 : Catharsis
- Etape 2 : Vision
- Etape 3 : Valeurs
- Etape 4 : Capacités
- Etape 5 : Pratiques

V – Les Softskills nécessaires pour rebondir

- Les 4 principales capacités nécessaires pour rebondir,
- Les 3 stratégies de rebond,

VI – Les pratiques collaboratives

- Les pratiques soutenant l'autorisation d'expression des ressentis, idées, apprentissages (rapport d'étonnement, retour d'expérience, expression des humeurs...),
- Les pratiques protectrices (Feedbacks, co-développement, valorisation des échecs...),
- Les pratiques positivistes pour maintenir la dynamique et l'enthousiasme (les "Quick Win", le mur des réussites...°

VI – Vérification des acquis

- Tests d'évaluation et QCM en fin de formation.