



MANAGEMENT

RÉSILIENCE EN ENTREPRISE



ALIGNÉ

Organisme Aligné Référencé DATADOCK

LES OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE LA FORMATION

- Identifier ses Forces / Faiblesses sur les 7 axes de la Résilience
- Travailler ses 7 axes avec méthodologie pour augmenter sa Résilience
- Savoir développer sa résilience au travail
- Améliorer ses performances professionnelles dans un contexte de stress

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Toute personne désirant développer ses compétences en communication et leadership en entreprise.

Prérequis : Aucun demandé.

PROGRAMME

La résilience dans l'environnement professionnel

- Qu'est-ce que la résilience ?
- Pourquoi la résilience est-elle importante dans le cadre professionnel ?
- Le « Tabouret à 4 pieds »

L'échelle REP

- Les fondements théoriques de l'échelle REP et la psychométrie du questionnaire REP7
- Les applications de l'outil dans le contexte professionnel

Les stratégies de construction de résilience

- Les fondements théoriques de l'échelle REP et la psychométrie du questionnaire REP7
- Les applications de l'outil dans le contexte professionnel
- Comment développer la résilience pour chaque élément de la REP
- Apport de conseils pratiques et bâtir son plan d'action

FORMATEUR

Mohamed-Amine Ben Mahmoud

- Professeur académique depuis 2015
- Coach Certifié Process Communication
- Formateur Certifié Process Communication
- Praticien PNL
- Master 2 en École de Commerce





MANAGEMENT

MOYENS PÉDAGOGIQUE ET TECHNIQUES

- Accueil des stagiaires via la plateforme ZOOM (Lien de connexion envoyé 48 heures avant)
- Documents supports de formation projetés et envoyés en PDF
- Exposés théoriques
- Exercice en groupe en ligne : Décrypter les niveaux de résilience de chaque participant avec le questionnaire proposé en début de formation
- En groupe, trouver des pistes de Résilience pour son partenaire en se basant sur les réponses trouvées précédemment.
- En se basant sur les clés oculaires (les réactions non-verbales des participants), faire des groupes de deux (avec le formateur si besoin), et déterminer les meilleures solutions de Résilience pour chaque participant.
- En groupe, travailler sur une étude de cas proposé par le formateur et proposer des solutions adaptées à la problématique.
- Quiz en salle virtuelle

DISPOSITIF DE SUIVI ET D'ÉVALUATION DES RÉSULTATS DE LA FORMATION

- Feuilles de présence
- Formulaire d'évaluation de la formation

Une attestation de formation est remise à chaque participant à la fin de la dernière journée et comporte le titre de la formation, de la date, le nom du formateur et une évaluation quantitative des compétences acquises.

TARIF : POUR RECEVOIR VOTRE DEVIS MERCI DE NOUS CONTACTER À CONTACT@ALIGNÉ.FR

ILS NOUS FONT CONFIANCE

FERRANDI
L'ÉCOLE FRANÇAISE DE GASTRONOMIE
PARIS

SUBWAY

WAFFLE
factory

SHISO
BURGER

ONYXIA


ALIGNÉ