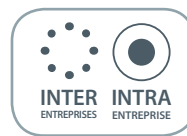


Prévenir le stress au travail



CONTEXTE

Le rapport gouvernemental de février 2010, demandé par le Premier ministre *Bien-être et efficacité au travail*, présente dix recommandations dont sept sont dans la sphère du manager.

Pour répondre à ces défis, l'Icsi et l'ESCP Europe s'allient pour proposer en commun deux modules de formation et d'accompagnement sur ces thématiques :

- Ce module *Prévenir le stress au travail* qui cible les dimensions managériales et individuelles
- Un autre module disponible, *Mettre en place une démarche stratégique de prévention des risques psychosociaux*, qui cible plutôt les dimensions stratégiques et organisationnelles.

Ces deux formations sont complémentaires l'une de l'autre. Elles peuvent être suivies indépendamment ou successivement pour une approche plus complète des risques psychosociaux dans l'entreprise.

PUBLIC & PRÉREQUIS

- Les personnes qui désirent conduire ou participer à une démarche de prévention du stress dans leur entreprise : managers, cadres et cadres dirigeants, etc. Notamment pour eux-mêmes et les collaborateurs qu'ils encadrent.
- Les dirigeants et managers souhaitant mieux concilier l'atteinte des résultats et la qualité de vie au travail des collaborateurs.

Aucun prérequis.

OBJECTIFS

Mieux maîtriser les différentes étapes d'une démarche opérationnelle de prévention du stress en tant que manager et en tant que personne. La formation s'appuiera sur les modèles qui prennent en compte la dimension du stress dans les pratiques et comportements du manager ou du leader. Elle inclura aussi des techniques de gestion du stress personnel, utilisables en situation.

PROGRAMME

- Reconnaître le stress, contrôler ses émotions

Reconnaître le stress

Découvrir et pratiquer différentes méthodes de gestion du stress utilisables dans un quotidien professionnel : remplacer « subir » par « agir »

Mettre en œuvre les stratégies qui favorisent la prise de recul

- Manager en situations tendues

Les typologies et méthodes de management qui prennent en compte le stress

Les leviers d'action constructifs, pour soi et pour son équipe, qui transforment le stress limitant en dynamique motivante

PÉDAGOGIE

Basée sur une dynamique d'équipe et avec une orientation pragmatique, notre pédagogie alterne les apports techniques, les échanges et les mises en pratique. Une place importante est prévue aux attentes et contextes des participants.



RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE

Jean-Roch André, École du stress

DURÉE

2 jours

LIEUX ET DATES

Lyon

23 et 24 mai 2019

En intra, à la demande

TARIFS

- en inter-entreprises* :
2 040 € HT/pers.
- en intra-entreprise** :
5 000 € HT

(*) Tarif HT/pers., déjeuner(s) et frais de documentation inclus

(**) Tarif HT forfaitaire du coût pédagogique (frais de documentation et frais de déplacement en sus)

En partenariat avec ESCP Europe et la Chaire en gestion de la santé et de la sécurité au travail de l'Université Laval (Canada)

