

## REVISITER LES COMPETENCES MANAGERIALES

### Formation certifiante : non

Taux de réussite :

Taux de satisfaction :

**REVISITER LES COMPETENCES MANAGERIALES**

## INFORMATIONS

### PUBLIC

Équipes de professionnels cadre et/ ou non cadre

---

### PRÉ REQUIS

Aucun

---

### DURÉE

4 Jours - 28 heures

---

### VALIDATION

Attestation de formation

---

### EFFECTIF

4 à 10 personnes

---

### modalités d'accès

Formation en intra-entreprise uniquement. Contacter le formateur pour échanger sur votre besoin.

Renseignement et inscription auprès du formateur.

*Demandez le programme détaillé au formateur.*

### DELAIS D'ACCÈS

Formation Intra Entreprise : Délai à confirmer selon disponibilité du formateur

## Accès aux personnes porteuses de handicap

En cas handicap merci de contacter Mme Martine REGOURD LAIZEAU qui vous mettra en contact avec le référent handicap de l'organisme de formation, le cas échéant.

---

ANIMÉ PAR



### Martine REGOURD LAIZEAU

Mobile : 06 63 82 45 62

Email: [martine.laizeau@neuf.fr](mailto:martine.laizeau@neuf.fr)

Web : [www.martine-regourd-laizeau.net](http://www.martine-regourd-laizeau.net)

Profil A Deux et Plus

- Mieux travailler ensemble (efficacité communication, professionnalisme bienveillance).
- Mental Gagnant.
- Psychologie positive.
- Prévention des risques sociaux.
- Gestion des conflits.
- S'affirmer en situation professionnelle.
- Gérer son stress et identifier ses ressources personnelles.
- Gagner en bien être au travail : prévention du Burn Out.
- Prise de parole en public.
- Faire face aux situations traumatiques.
- Améliorer sa communication.
- S'appuyer sur les forces de caractères dans la pratique managériale.
- Introduire une pratique appréciative en entreprise.
- Dynamiser la performance d'une équipe.
- Cohésion d'équipe pour réussir les défis.
- Les atouts de la psychologie positive en entreprise.
- Une démarche du sport de haut niveau appliquée à l'entreprise : motivation engagement performance.

TARIF INTRA-ENTREPRISE : Nous consulter

# OBJECTIFS

## Général

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de réactiver les compétences managériales et actualiser les connaissances du manager.

## Pédagogiques

Au terme de cette formation le stagiaire sera capable de :

- Approfondir sa connaissance de la communication
- Avoir des éléments de communication non violente
- Différencier la posture professionnelle et personnelle
- Aborder les bases d'un management respectueux
- Repérer son style de management et ses caractéristiques
- Avoir des éléments pour gérer des situations conflictuelles.

# PROGRAMME

## 1er jour

- Présentation du 1er pilier : la communication
- Présentation du 2ème pilier : un positionnement professionnel
- Présentation du 3ème pilier : orientations managériales
- Présentation du 4ème pilier : mindest de croissance

## 2Ème jour

- Approfondissement des notions de communication à partir des situations recueillies
- Mise en situation
- Tests

## 3Ème jour

- Approfondissement des notions du rôle professionnel et des orientations managériales à partir des situations recueillies.

## 4ème JOUR

- Approfondissement des notions d'état d'esprit à partir des situations recueillies
- Bilan de la formation.

# MÉTHODES Pédagogiques

- Formation en présentiel comprenant des mises en situation.

## MOYENS TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT

La formation se déroule dans une salle équipée de tables, chaises, tableau et vidéo-projecteur. Un support sera projeté et remis aux stagiaires.

D'autres ressources pédagogiques seront transmises, comme par exemple:

- Support papier
- Livret pédagogique et présentation digitale.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

L'intégration des apports est vérifié tout au long de la formation dans le cadre de mise en situation.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE LA SATISFACTION

Un questionnaire d'évaluation à chaud est remis aux stagiaires en fin de session pour une évaluation immédiate.

Un questionnaire d'évaluation à froid est adressé aux stagiaires un mois après la fin de la sessions de formation.

SARL SCOP A DEUX ET PLUS ENTREPRENDRE 17 Avenue D'Italie 38300 BOURGOIN JALLIEU Téléphone 04 74 28  
54 31

SIRET 495 204 125 00027 - RCS VIENNE NAF 7022 Z - TVA FR60495204125 TVA à L'encaissement

Organisme de formation n° 82380412538 enregistré auprès de la DREETS de l'Isère

---

### FAIRE FACE AUX SITUATIONS TRAUMATISANTES

**Formation certifiante : non**

Taux de réussite :

Taux de satisfaction :

**FAIRE FACE AUX SITUATIONS TRAUMATISANTES**

# INFORMATIONS

## PUBLIC

Équipes de professionnels cadre et/ ou non cadre

---

## PRÉ REQUIS

Aucun

---

## DURÉE

1 Jour - 7 heures

---

## VALIDATION

Attestation de formation

---

## EFFECTIF

4 à 10 personnes

---

## modalités d'accès

Formation en intra-entreprise uniquement. Contacter le formateur pour échanger sur votre besoin.

## Renseignement et inscription auprès du formateur.

*Demandez le programme détaillé au formateur.*

## DELAIS D'ACCÈS

Formation Intra Entreprise : Délai à confirmer selon disponibilité du formateur

## Accès aux personnes porteuses de handicap

En cas handicap merci de contacter Mme Martine REGOURD LAIZEAU qui vous mettra en contact avec le référent handicap de l'organisme de formation, le cas échéant.

---

ANIMÉ PAR



## **Martine REGOURD LAIZEAU**

Mobile : 06 63 82 45 62

Email: martine.laizeau@neuf.fr

Web : [www.martine-regourd-laizeau.net](http://www.martine-regourd-laizeau.net)

Profil A Deux et Plus

- Mieux travailler ensemble (efficacité communication, professionnalisme bienveillance).
- Mental Gagnant.
- Psychologie positive.
- Prévention des risques sociaux.
- Gestion des conflits.
- S'affirmer en situation professionnelle.
- Gérer son stress et identifier ses ressources personnelles.
- Gagner en bien être au travail : prévention du Burn Out.
- Prise de parole en public.
- Faire face aux situations traumatiques.
- Améliorer sa communication.
- S'appuyer sur les forces de caractères dans la pratique managériale.
- Introduire une pratique appréciative en entreprise.
- Dynamiser la performance d'une équipe.
- Cohésion d'équipe pour réussir les défis.
- Les atouts de la psychologie positive en entreprise.
- Une démarche du sport de haut niveau appliquée à l'entreprise : motivation engagement performance.

TARIF INTRA-ENTREPRISE : Nous consulter

## **OBJECTIFS**

### **Général**

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable d'améliorer le comportement des personnels face aux dangers, aux accidents et aux situations potentiellement traumatisantes.

Prévenir des risques psychosociaux.

## **Pédagogiques**

Au terme de cette formation le participant sera en mesure de :

- Comprendre le mécanisme général du stress
- Connaitre les critères de stress post traumatique
- Savoir mobiliser ses ressources afin de limiter le stress
- Améliorer ses compétences dans la gestion des situations difficiles
- Mettre en œuvre un comportement professionnel adapté

## **PROGRAMME**

### MATIN

- Présentation de la formation et du programme
- Recueil des attentes et besoins en rapport avec l'objet de la formation
- Exposé des notions théoriques

Le stress (les stades et degrés)

- Le processus traumatique (la charge traumatique de l'évènement, du contexte bio psychosocial de l'individu)
- Les facteurs de résilience (une possibilité d'émergence ?)
- Analyse de cas

### APRES-MIDI

Gestion de l'évènement traumatogène

- Confrontation à l'évènement (réactions potentielles, mécanismes de défense et adaptation)
- Mise en place du processus de sécurité
- Conséquences psychologiques et possibilités de dépassement du traumatisme
- (ESPT, comorbidités, répercussions familiales et sociales, ressources à la disposition du salarié)
- Identification des ressources à développer
- Mobilisation des ressources et mise en pratique des techniques de switch
- Bilan de la formation et formalisation d'axes de progrès.

Les actions secourir suite et fin, épreuves certificatives et bilan.

### **MÉTHODES PÉDAGOGIQUES**

- Alternance d'exposés
- Analyse en situation de travail
- Exercices pratiques
- Apports théoriques
- Discussions, travail en sous-groupe

### **MOYENS TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT**

La formation se déroule dans une salle équipée de tables, chaises, tableau et vidéo-projecteur. Un support sera

projeté et remis aux stagiaires.

D'autres ressources pédagogiques seront transmises, comme par exemple:

- Support papier

#### MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

L'intégration des apports est vérifiée tout au long de la formation dans le cadre d'exercices et de test individualisé.

#### MODALITÉS D'ÉVALUATION DE LA SATISFACTION

- Un questionnaire d'évaluation à chaud est remis aux stagiaires en fin de session pour une évaluation immédiate.
- Un questionnaire d'évaluation à froid est adressé aux stagiaires un mois après la fin de la session de formation

SARL SCOP A DEUX ET PLUS ENTREPRENDRE 17 Avenue D'Italie 38300 BOURGOIN JALLIEU Téléphone 04 74 28 54 31

SIRET 495 204 125 00027 - RCS VIENNE NAF 7022 Z - TVA FR60495204125 TVA à L'encaissement

Organisme de formation n° 82380412538 enregistré auprès de la DREETS de l'Isère

---

**GERER SES EMOTIONS ET RENFORCER SES RESSOURCES PERSONNELLES (Mieux vivre ses émotions au travail)**

### **Formation certifiante : non**

Taux de réussite :

Taux de satisfaction :

**GERER SES EMOTIONS ET RENFORCER SES RESSOURCES PERSONNELLES  
(Mieux vivre ses émotions au travail)**

## **INFORMATIONS**

### **PUBLIC**

Équipes de professionnels cadre et/ ou non cadre

---

### **PRÉ REQUIS**

Aucun



---

## **DURÉE**

2 Jours - 14 heures

---

## **VALIDATION**

Attestation de formation

---

## **EFFECTIF**

4 à 12 personnes

---

## **modalités d'accès**

Formation en intra-entreprise uniquement. Contacter le formateur pour échanger sur votre besoin. Renseignement et inscription auprès du formateur.

*Demandez le programme détaillé au formateur.*

## **DELAIS D'ACCÈS**

Formation Intra Entreprise : Délai à confirmer selon disponibilité du formateur

## **Accès aux personnes porteuses de handicap**

En cas handicap merci de contacter Mme Martine REGOURD LAIZEAU qui vous mettra en contact avec le référent handicap de l'organisme de formation, le cas échéant.

ANIMÉ PAR



**Martine REGOURD LAIZEAU**

Mobile : 06 63 82 45 62

Email: [martine.laizeau@neuf.fr](mailto:martine.laizeau@neuf.fr)

Web : [www.martine-regourd-laizeau.net](http://www.martine-regourd-laizeau.net)

Profil A Deux et Plus

- Mieux travailler ensemble (efficacité communication, professionnalisme bienveillance).

- Mental Gagnant.
- Psychologie positive.
- Prévention des risques sociaux.
- Gestion des conflits.
- S'affirmer en situation professionnelle.
- Gérer son stress et identifier ses ressources personnelles.
- Gagner en bien être au travail : prévention du Burn Out.
- Prise de parole en public.
- Faire face aux situations traumatiques.
- Améliorer sa communication.
- S'appuyer sur les forces de caractères dans la pratique managériale.
- Introduire une pratique appréciative en entreprise.
- Dynamiser la performance d'une équipe.
- Cohésion d'équipe pour réussir les défis.
- Les atouts de la psychologie positive en entreprise.
- Une démarche du sport de haut niveau appliquée à l'entreprise : motivation engagement performance.

TARIF INTRA-ENTREPRISE : Nous consulter

## **OBJECTIFS**

### **Général**

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable d'appréhender le rôle des émotions au travail, avoir des outils permettant de les gérer.

### **Pédagogiques**

- Situer les différents types d'émotions et de stress et leur influence au travail.
- Identifier les ressources dans le contexte professionnel.
- Mobiliser les ressources personnelles.
- Elaborer une démarche personnelle et adaptée.

## **PROGRAMME**

### **Première 1/2 journée**

- Présentation de la formation et de son organisation.
- Les émotions.
- Les notions de base dans la gestion des émotions au travail.

### **DEUXIEME 1/2 journée**

- Variabilité inter individuelle.

- Variabilité intra individuelle.
- Les styles de coping.

## **TROISIEME 1/2 JOURNEE**

- Situations génératrices d'émotions.
- Gestion des conflits, gestion du stress, ressources.

## **QUATRIEME 1/2 JOURNEE**

- Mise en situation.
- Elaboration d'une routine personnelle.
- Bilan de la formation.

## **MÉTHODES Pédagogiques**

Formation en présentiel comprenant des études de cas et des mises en situation.

Formation pratique basée sur l'alternance d'exposés, d'analyse de situations de travail et d'accidents, d'exercices pratiques et d'apprentissage.

## **MOYENS TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT**

La formation se déroule dans une salle équipée de tables, chaises, tableau et vidéo-projecteur. Un support sera projeté et remis aux stagiaires.

D'autres ressources pédagogiques seront transmises, comme par exemple:

- Support papier
- Accès aux vidéos des cours
- Plateforme de formation à distance

## **MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS**

Quiz individualisé

## **MODALITÉS D'ÉVALUATION DE LA SATISFACTION**

Un questionnaire d'évaluation à chaud est remis aux stagiaires en fin de session pour une évaluation immédiate.

Un questionnaire d'évaluation à froid est adressé aux stagiaires un mois après la fin de la session.

SIRET 495 204 125 00027 - RCS VIENNE NAF 7022 Z - TVA FR60495204125 TVA à L'encaissement

Organisme de formation n° 82380412538 enregistré auprès de la DREETS de l'Isère