

Bien dans ma fonction ! Gestion du stress et de l'agressivité

Le participant occupe une fonction qui l'amène à s'occuper des autres. Cette fin d'année peut être l'occasion de s'occuper de soi, de se poser et de (re)poser son rapport à sa fonction. Histoire de vérifier son juste positionnement et de consolider les facteurs de bien-être au travail en gérant notamment les sources de stress et d'agressivité.

PUBLIC CONCERNE, PRE-REQUIS

- Tout personnel social, éducatif, médical, paramédical, ainsi que le personnel des services techniques et administratifs, en relation avec des personnes handicapées, âgées, dépendantes, fragilisées, accueillies en établissements, structures d'accueil ou personnes à domicile
- Groupe de 12 personnes au maximum

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- établir un bilan personnel lucide et bienveillant dans son rapport à la fonction
- (re)formuler les points clés d'un juste positionnement : raison d'être, mission, indicateurs, limites...
- identifier et consolider les principaux leviers d'équilibre personnel, notamment en rapport avec les déclencheurs de stress et d'agressivité
- établir son plan de progrès personnel

CONTENU PEDAGOGIQUE

Cette formation se déroule « en extra », sur deux journées consécutives, soit 14 heures de formation.

- Accueil, présentation de la formation, du formateur et des participants, de leurs attentes.

Premier module : introspection individuelle

- état des lieux type matrice SWOT
- réflexion individuelle et échange en grand groupe sur l'analyse des fonctions respectives

Second module : gestion de stress

- mécanisme, sources
- test drivers, réactions

ESPACE DE FORMATION, D'INFORMATION, DE CONSEIL, D'ADAPTATION ET DE COORDINATION POUR L'EMPLOI

Déclaration d'existence n° 11770303677 - Habilitation ANESM n° H2010-12-617 - Habilitation ODPC 5783

siège : Impasse Niepce - B.P. 581 - 77016 MELUN Cedex

secrétariat : 22 bis rue des Berchères - 77340 PONTAULT COMBAULT

[Tél. 01 64 88 12 82](tel:0164881282) - [Fax : 01 64 88 12 83](tel:0164881283) - efficace@germenoy.asso.fr

Organisme gestionnaire : Association Les Amis de Germenoy

Troisième module : gestion de l'agressivité

- mécanisme
- responsabilité personnelle
- méthodes prévention/réaction
-

METHODES et MOYENS PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques avec supports visuels
- Analyse de situations
- Réflexion et travail de groupe
- exercices pratiques et jeux de rôles
- Evaluation
 - ✓ Evaluation orale : positionnement des participants au regard de leurs attentes exprimées en début de session - Evaluation des pratiques professionnelles
 - ✓ Evaluation écrite : un questionnaire est remis aux participants lors de la dernière journée

DATES, HORAIRES et LIEU

- 11 et 12 décembre 2017, de 9h à 17h
- Au Rimlishof : 3, rue du Rimlishof 68 530 BUHL

INTERVENANT

Philippe SCHWAB, coach & formateur spécialisé en communication. Nombreuses références de missions de coaching individuel et collectif, team building, formations orientées intelligence relationnelle et émotionnelle. Expertise dans l'analyse des compétences.

COUTS

- **COÛT PEDAGOGIQUE**
Coût de la formation : 390 €
- **FRAIS D'HEBERGEMENT ET/OU DE RESTAURATION**
Hébergement et pension complète : 99 €
Repas uniquement : 20 € /repas

REFERENCE FORMATION : rimli form' 2017-02

EFICACE : organisme référencé UNIFAF et UNIFORMATION



ESPACE DE FORMATION, D'INFORMATION, DE CONSEIL, D'ADAPTATION ET DE COORDINATION POUR L'EMPLOI

Déclaration d'existence n° 11770303677 - Habilitation ANESM n° H2010-12-617 - Habilitation ODPC 5783

siège : Impasse Niepce - B.P. 581 - 77016 MELUN Cedex

secrétariat : 22 bis rue des Berchères - 77340 PONTAULT COMBAULT

[Tél. 01 64 88 12 82](tel:0164881282) - [Fax : 01 64 88 12 83](tel:0164881283) - eficace@germenoy.asso.fr

Organisme gestionnaire : Association Les Amis de Germenoy