

## **MANAGER LES PERIODES DE CRISE ET D'INCERTITUDE**

### **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre ce qui se joue en termes d'émotions, de comportements et de pensées lors d'une période de crise ou d'incertitude
- S'appropriier les outils pour accompagner des collaborateurs en mal-être
- S'appropriier les outils pour accompagner l'équipe dans le changement

### **Public concerné**

Toute personne désirant acquérir les bons réflexes pour prévenir une situation de crise potentielle ou l'accompagner (manager, acteur RH...).

### **Prérequis**

Aucun prérequis

### **Positionnement des stagiaires dans la formation**

Un tour de table est proposé par l'intervenant afin que chacun des participants puisse expliciter ses attentes vis-à-vis de la formation.

Un test de positionnement sera proposé aux stagiaires en début de formation afin qu'ils puissent s'auto évaluer par rapport aux objectifs visés.

### **Modalités pratiques**

Les dates, horaires et lieux seront précisés lors de la convocation.

Le groupe ne pourra excéder 12 participants de façon à permettre de maximiser les échanges durant la formation et mettre à l'étude des situations directement exposées par les participants.

### **Modalités pédagogiques**

La formation peut être réalisée en présentiel ou en distanciel.

Le formateur met l'accent sur une pédagogie active, ludique et participative fondée sur le travail collectif et les échanges.

L'apport de notions théoriques (sous forme d'exposés vidéo projetés) est étayé de situations pratiques (exercices, cas pratiques, partage d'expériences).

Un support numérique synthétisant les thèmes développés est remis aux participants.

**Pour réussir votre formation, notre organisme est en capacité d'adapter ses prestations aux éventuelles situations de handicap, temporaires ou permanentes. Le cas échéant, merci de nous contacter afin d'étudier ensemble les possibilités d'adaptation.**

## Durée de la formation

### **2 journées de 7 heures.**

En présentiel, la formation aura lieu sur deux fois une journée, espacées de quelques semaines permettant un travail intersession.

En distanciel, la formation sera fractionnée en quatre demi-journées.

## Modalités et délai d'accès

Pour vous inscrire et/ou pour plus de renseignements concernant le contenu ou les sessions, merci de contacter Sophie Morin par mail à l'adresse [sophiemorinconseils@gmail.com](mailto:sophiemorinconseils@gmail.com), en précisant le nom de votre entreprise ainsi que le contexte de votre demande.

Le délai d'accès est d'environ 3 semaines, sous réserve de concordance des agendas respectifs.

## Modalités pratiques

Les dates, horaires et lieux seront précisés lors de la convocation.

Merci de consulter en amont notre [livret d'accueil](#).

Le groupe ne pourra excéder 12 participants de façon à permettre de maximiser les échanges durant la formation et mettre à l'étude des situations directement exposées par les participants.

Les stagiaires signeront une feuille d'émargement.

A l'issue de cette formation, les participants se verront délivrer un certificat de réalisation.

L'évaluation de la satisfaction quant à la formation (contenu et animation) sera réalisée par les stagiaires en fin de formation.

## Modalités pédagogiques

La formation peut être réalisée en présentiel ou en distanciel.

Le formateur met l'accent sur une pédagogie active, ludique et participative fondée sur le travail collectif et les échanges.

L'apport de notions théoriques (sous forme d'exposés vidéo projetés) est étayé de situations pratiques (exercices, cas pratiques, partage d'expériences).

Les ressources pédagogiques qui auront été mobilisées tout au long de la formation, feront l'objet d'un partage afin qu'elles soient mises à disposition des stagiaires.

**Pour réussir votre formation, notre organisme est en capacité d'adapter ses prestations aux éventuelles situations de handicap, temporaires ou permanentes. Le cas échéant, merci de nous contacter par mail [sophiemorinconseils@gmail.com](mailto:sophiemorinconseils@gmail.com), afin d'étudier ensemble les possibilités d'adaptation.**

## Le formateur

La formation sera animée par Sophie Morin, psychologue du travail, psychothérapeute et IPRP (intervenante en prévention des risques professionnels), formatrice depuis 2009.

## Programme de la formation

### 1. Comprendre ce qui se joue en période d'incertitude et de crise

- Les différents types de situations de crise et d'incertitude
- Les étapes du changement
- Le stress induit : ses mécanismes et conséquences possibles

=> *Mise en situation : quizz*

### 2. Accompagner les collaborateurs en mal-être

- Les émotions : comprendre les siennes et celles de ses collaborateurs
- Détecter les collaborateurs en mal-être : les signaux faibles
- Favoriser l'expression des émotions : l'écoute active
- Quand et vers qui orienter ses collaborateurs en mal-être

=> *Mises en situation : jeu sur l'identification des émotions- entraînement à l'écoute active*

### 3. Accompagner son équipe : développer résilience et motivation

- Les compétences clés du manager en situation d'incertitude
- Que pouvons-nous retirer de cette situation de changement ? La flèche du changement
- Maintenir la motivation et la cohésion de son équipe : la notion de sens au travail (le sens donné par l'entreprise, par l'équipe - le sens individuel)
- Impliquer son équipe dans la recherche de solutions
- Développer la résilience : Renforcer nos « muscles de la résilience » en identifiant nos forces, nos soutiens sociaux, les sources des émotions positives

=> *Mise en situation : construction collective d'une balance décisionnelle*

## Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis/des apprentissages portera sur les connaissances assimilées par le stagiaire tout au long de la formation.

Le formateur s'assure de l'assimilation des connaissances à travers un test d'autoévaluation.

## Tarifs

Le coût de la formation en intra-entreprise est de 2400 € nets de taxe (+ frais de déplacement et d'hébergement le cas échéant).

Les formations que nous organisons peuvent être éligibles au financement par vos OPCO.