

CONSEIL & formations

FICHE CATALOGUE RESILIENCE EN ENVIRONNEMENT PROFESSIONNEL



DOMAINE DE LA FORMATION

FORMACODE : 33047 climat social entreprise ; relation travail ; relations collectives / 32038 gestions situation difficile
ROME : M1503 Management des ressources humaines / M1502 - Développement des ressources humaines
NSF 413 Développement des capacités comportementales et relationnelles

DURÉE

Durée : 1 journée en 100 % distanciel (accès Internet requis)
En blended-learning (alternance classe virtuelle avec le formateur 5h30 + 3h45 e-learning incluant l'évaluation finale)

NIVEAU ET PREREQUIS

Sans niveau spécifique
Passation en ligne du test REP7, test en 103 questions. Durée de passation 15 mn -
Restitution individuelle et personnalisée avec le formateur (1h30)

PUBLIC

Managers opérationnels et fonctionnels
Responsables de projet - Responsables RH
Commerciaux - SAV - Services contentieux
Personnel d'accueil - Membres du CHSCT -
Coachs - Consultants

OBJECTIF GENERAL

Perfectionnement, élargissement des compétences

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Comprendre la dynamique de la résilience au travail. Repérer les 7 dimensions dans lesquelles nous pouvons développer des comportements facilitant la résilience.
Décider son propre plan d'actions Résilience

COMPETENCES PROFESSIONNELLES VISEES

Maitriser les principes clés de la résilience
Savoir développer, optimiser, maintenir ses propres facteurs de résilience

Retrouvez-nous sur conseiletformations.fr

PROGRAMME

CONTENU DE LA FORMATION EN LIGNE

LA RESILIENCE DANS LE CADRE PROFESSIONNEL

- Qu'est-ce que la résilience ?
- Pourquoi la résilience est-elle importante dans le cadre professionnel ?
- Les 4 domaines interdépendants de la résilience individuelle
- Les limites de la construction individuelle de la résilience dans l'environnement professionnel

Atelier pratique : présentation par chaque participant de son contexte professionnel.

L'ECHELLE REP

- Présentation de l'instrument et de ses auteurs : Kathryn McEwen et le Dr Peter Winwood
- Les fondements théoriques de l'échelle REP
- Les 7 éléments de la REP
- Les avantages de l'outil dans le contexte professionnel

Atelier pratique : Auto-évaluation par chaque participant de son niveau actuel de résilience

REMISE ET INTERPRETATION DES RESULTATS DU TEST REP (entretien individuel avec le formateur)

- Résultats pour les 7 éléments du test
- Corrélation des éléments de la REP
- Feed-back à chacun des résultats de son test

Atelier pratique : Remise à chacun des résultats de son test. Feed-back par le consultant.

LES STRATEGIES DE CONSTRUCTION DE RESILIENCE

- Comment développer la résilience pour chaque élément de la REP
- Apport de conseils pratiques
- Elaboration par chacun de son plan d'action

Atelier pratique : Etudes de cas et travaux en sous-groupes – Travail en binôme pour l'établissement du plan d'action individuel.

ENCADREMENT

Formateur : **Arnaud FUNK** 30 ans d'expérience en qualité de manager et consultant en entreprises. Coach certifié individuel et équipes (RNCP), Maître Praticien en PNL, Praticien en intervention systémique stratégique, Praticien en Hypnose Ericksonienne. Master Trainer pour les modèles DCM (Dynamics Conflict Model) et REP (Résilience en Environnement Professionnel), Praticien MBTI niveaux I et II, certifié en Coaching génératif (Institut Repère, Paris) et Consulting génératif (Dilts Strategy Group, USA)

RETROUVEZ L'EQUIPE PEDAGOGIQUE [ICI](#)

VALIDATION DE L'ACTION DE FORMATION

Il est remis aux apprenants : attestation de formation.

CONSEIL & services Groupe GEM

Fondé sur le principe de l'accompagnement permanent, nous nous fixons un objectif : **que chacun donne du sens, trouve son équilibre et développe l'harmonie dans sa vie personnelle et professionnelle.** À votre écoute et à votre disposition pour vous accompagner dans votre réflexion afin de préserver l'écologie de votre organisation et garantir ainsi le réalisme et la pérennité de votre projet.

Pour plus d'informations, contactez-nous à : contact@conseiletformations.fr



Retrouvez-nous sur [conseiletformations.fr](https://www.conseiletformations.fr)