Gérer les irritants pour mieux vivre au travail

Objectifs

- Comprendre ce qui provoque un "irritant" et ses conséquences
- Les identifier pour mieux les évaluer
- Connaître les techniques pour réduire les irritants et renforcer l'efficacité collective
- Développer du lien social et de la compréhension en évitant d'en créer

Public

Dirigeant, manager, responsable d'équipe qui souhaitent faciliter les facteurs motivationnels de leur équipe

Prérequis

Être déterminé pour s'impliquer personnellement dans la formation, pour s'approprier les techniques et pour en recueillir tous les bienfaits.

Programme

Accueil - Présentation de l'intervenant
Présentation de la formation en termes d'objectifs, de contenu, de déroulement.
Tour de table de présentation des participants et prise de connaissance des attentes et points à améliorer, validation des besoins

Mieux comprendre les conséquences des irritants
Les études sont nombreuses, leurs conclusions sont les mêmes. Le "mieux vivre" au travail est rentable, productif et contagieux. Son contraire agit comme un poids, un boulet.

Pourquoi désamorcer les irritants au travail ?
D'un point de vue purement altruiste, pour améliorer le niveau de bonheur de personnes qui évoluent autour de vous. D'un point de vue d'affaire, pour accroître la productivité de vos employés, favoriser leur rétention, attirer les meilleurs talents et, par conséquent, améliorer la performance de votre entreprise. Personne n'y perd, tout le monde y gagne. C'est en sortant des sentiers battus qu'on obtient de nouvelles réponses.

Qu'est-ce qu'un irritant ?

- Identifier ces dysfonctionnements et les prioriser
- Absence de marques de reconnaissance, relations difficiles, organisation du inadaptée, conditions de travail difficiles, avenir déstabilisant

Repérer vos irritants au travail

- Quelles sont les choses que vous tolérez, mais qui refont toujours surface ?
- Quel prix à payer ?
- Évaluer les incidences sur votre efficacité
- Les risques liés à un manque de civilité : compétition malsaine, retention d'information, incivilité, ironie.

Datadock VALIDÉ

Durée : 2 jours *(14H de F°)*
Tarif : 1582€ net de taxes
Dates : 15 & 16 Janv. 2024 - 27 & 28 Mars 2024 - 4 & 5 Juin 2024 - 16 & 17 Sept. 2024 - 19 & 20 Nov. 2024 *ou démarrage immédiat*
Lieu : Écully *ou à définir*
Code : CONF1104
Intervenant :
Chantal Englebert-Balmont
Tél : 04.78.33.57.59
06.80.05.03.76
Mail: formation@balmont.net
Also in English

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Gérer les irritants pour mieux vivre au travail

Programme

Comment éliminer les irritants et développer le bien-être au travail ?

1. Comment éviter de créer des situations irritantes ?

- L'utilisation des téléphones portables en réunion
  - Annoncer les règles
  - Détecter l'absence d'intérêt pour la réunion
  - Remercier les personnes
- La rédaction des e-mails et des écrits
  - Les erreurs à éviter
  - Les astuces à intégrer
- Les comportements à bannir :
  - S'immiscer "si j'étais toi, je ne ferais pas comme ça"
  - Blâmer ses collègues "c'est à cause de lui qu'on est planté"
  - S'énerver contre le patient "telle patient, c'est un véritable enquiquineur"
  - Promettre l'impossible
- Les comportements à privilégier :
  - Ponctualité
  - "Le bonjour" sincère et personnalisé
  - Les règles de politesse
  - Les temps de parole
  - les moments de convivialité
  - La discrétion...

2. Existe-t-il des avantages à nouer des liens avec certaines personnes-clés et être aimable et sympathique au travail ?

- Quels avantages ?
- Force ou faiblesse ?
- Arriver à dire non
- Repect et congruence.

3. Comment réconcilier intérêt individuels et collectifs ?

- Donner du sens
- Informer en transparence
- Mobiliser pour impliquer

4. Les 8 besoins fondamentaux en fonction de nos profils de personnalités

5. Comment exprimer une demande avec tact et fermeté ?

- Osez la confiance
- Fixer des règles et inciter à les respecter
- Renforcer votre légitimité
- Renforcer votre meilleur niveau physique et intellectuel

Exercice d'application et d'entraînement avec la technique pour faire une demande difficile

6. Comment améliorer la relation entre employés - entre patients ?

Cas pratique : élaborer un plan d'action pour restaurer compréhension et empathie

Datadock VALIDÉ

Durée : 2 jours *(14H de F°)*
Tarif : 1582€ net de taxes
Dates : 15 & 16 Janv. 2024 - 27 & 28 Mars 2024 - 4 & 5 Juin 2024 - 16 & 17 Sept. 2024 - 19 & 20 Nov. 2024 *ou démarrage immédiat*
Lieu : Écully *ou à définir*
Code : CONF1104
Intervenant :
Chantal Englebert-Balmont
Tél : 04.78.33.57.59
06.80.05.03.76
Mail: formation@balmont.net
Also in English

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Gérer les irritants pour mieux vivre au travail

Pédagogie de la formation

Pédagogie interactive qui permet aux participants de s'entraîner et de construire ses propres outils.
Une formation-action et un accompagnement personnalisé sur la base de cas vécus.

Nos méthodes pédagogiques s'articulent autour de 7 points clefs, selon une approche pragmatique et structurée qui a largement démontré son efficacité, au regard des évaluations des participants :

1. Un climat favorisant la confiance et la participation active des participants:
Dans ce sens, nous posons en préambule des règles de fonctionnement basées sur la bienveillance, le respect mutuel et la confidentialité, vis-à-vis desquelles nous demandons aux participants de s'engager.

2. Un accompagnement personnalisé :
Avant la formation, le participant reçoit un questionnaire confidentiel, dans lequel il indique les difficultés qu'il rencontre et ses besoins au consultant qui prend en compte les attentes exprimées et favorise leur mise en œuvre.

3. Une progression sur mesure et une pédagogie active et impliquante :
Celles-ci s'appuient sur des échanges d'expériences vécues par les participants, des apports théoriques, des autodiagnostics, des exercices pratiques, des études de cas apportés par les participants et des mises en situation en 4 temps :

- analyse de la situation.
- simulations pour reprendre la séquence.
- entraînement à la mise en place de nouveaux comportements.
- élaboration d'objectifs personnels d'évolution.

4. L'analyse de sa pratique professionnelle.

5. Des outils d'appropriation et d'évaluation :
Carnet de bord synthétique que le participant réactualise chaque jour de formation en fonction des points clefs qu'il a retenus et des axes de progrès qu'il se donne.

6. L'ancrage des acquis dans sa réalité professionnelle.
Au cours de l'accompagnement, chaque participant se définit un **Plan d'Action** à mettre en œuvre pendant l'intersession :

- détermination d'un objectif concret, précis, réaliste, mesurable.
- mise en place de moyens quantifiés et qualifiés.
- définition de critères précis de vérification externe et interne.
- évaluation des résultats.

7. Une aide continue grâce :
à la documentation pédagogique fournie pour que chacun puisse revenir à son rythme sur les contenus théoriques, les protocoles d'intervention et les exercices pratiques.

Datadock VALIDÉ

Durée : 2 jours *(14H de F°)*
Tarif : 1582€ net de taxes
Dates : 15 & 16 Janv. 2024 - 27 & 28 Mars 2024 - 4 & 5 Juin 2024 - 16 & 17 Sept. 2024 - 19 & 20 Nov. 2024 *ou démarrage immédiat*
Lieu : Écully *ou à définir*
Code : CONF1104
Intervenant :
Chantal Englebert-Balmont
Tél : 04.78.33.57.59
06.80.05.03.76
Mail: formation@balmont.net
Also in English

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Toutes les actions de formation de Chantal Balmont Conseil répondent parfaitement aux exigences du Décret Qualité DataDock du 30 Juin 2015. Elles sont référençables par l'ensemble des financeurs de la formation professionnelle.

Datadock