

Bien-être et performance au travail

« L'humain au centre de votre performance »

Aujourd'hui, dans notre société, où tout va très vite, où tout est de plus en plus complexe, les **évolutions sont permanentes** et les changements parfois obligatoires, voire vitaux.

Pour rester efficaces, les collaborateurs doivent savoir **anticiper**, ce qui leur permet d'être plus réactifs, sans avoir la sensation de subir leur activité.

Or, beaucoup de collaborateurs courent après le temps et les journées sont souvent trop courtes pour accomplir toutes leurs tâches professionnelles.

Vous constatez de la fatigue dans vos équipes, de la démotivation voire une baisse de performance ?

Cela a des incidences sur l'efficacité de vos collaborateurs et l'ambiance de travail ?

Pour solutionner ces problématiques, nous vous proposons une formation unique qui aura pour thématiques « **l'anticipation** » et « **l'adaptation** » ; deux enjeux essentiels pour les entreprises et les équipes.

Dans cette formation, nous travaillons plusieurs pistes de réflexion notamment les **compétences clés à développer** pour mieux anticiper et rester efficace :

- La résolution de problématiques complexes
- La capacité de jugement et la prise de décision
- L'anticipation et la flexibilité cognitive
- La gestion des priorités

Grâce à leur capacité d'anticipation et d'adaptation, chaque collaborateur deviendra plus disponible, plus flexible et plus efficace dans son quotidien.

Nos forces

- ✓ Duo masculin/féminin
- ✓ Différence d'âge / De génération
- ✓ Notre expérience commune en tant que coachs professionnels certifiés
- ✓ Nos expertises complémentaires
- ✓ Prédilection pour rendre autonome et responsabiliser les individus et les équipes dans la mise en œuvre des plans d'action
- ✓ Profils expérimentés dans :
 - La conduite du changement
 - La formation et l'animation de formation
 - Les approches de coaching
 - L'aide au développement du management, du leadership
 - La facilitation de communication intergroupes : cohésion d'équipes et animation de séminaires
 - La création d'ateliers pour le vécu d'expériences inoubliables

PROGRAMME DE FORMATION

« Anticiper et s'adapter »

Objectifs pédagogiques

Savoir anticiper les situations

Savoir faire preuve de flexibilité et d'adaptation

Savoir rester efficace et performant dans des univers complexes

Pré requis et public concerné :

Toute personne amenée à évoluer dans des contextes de changement

Méthodologie et pédagogie :

Une alternance d'apports théoriques, travaux de groupe et jeux de rôle favorise une synergie maximale entre les participants, tandis que les exercices individuels permettent d'adapter les notions acquises à la réalité professionnelle de chacun.

Le stage se conclut par la définition d'un plan d'actions opérationnel que chaque participant rédige avec le soutien des animateurs.

Programme pédagogique détaillé : (2 jours)

I L'anticipation : un outil de performance

1.1 Découvrir sa performance écologique

1.2 L'anticipation 3.0

II La flexibilité : une nécessité vitale

2.1 Flexibilité et efficacité sont-ils antinomiques ?

2.2 Flexibilité et adaptation : une force

III L'efficacité et la performance au profit d'univers complexes

3.1 Qu'est-ce que la gestion du stress ?

3.2 La gestion des émotions en entreprise

3.3 Une manière efficace de communiquer

3.4 Trouver son équilibre

Animateurs

Arnaud Joubaire : Coach et formateur professionnel

Julie Degallaix : Coach professionnelle

Durée

2 jours

Tarif

Nous contacter



Datadock