

CADRES ET MANAGERS : AMÉLIORER SA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL ET CELLE DE SON ÉQUIPE

MISE EN
PRATIQUE

 **2 jours - 14 heures**

Le DE LA FORMATION

Cette formation permet aux managers de déterminer les actions à entreprendre et les ressources à donner à l'équipe pour la recherche de nouvelles manières de travailler afin que chaque salarié devienne acteur de son bien-être au travail et de sa qualité de vie globale.

De plus, elle intègre les résultats d'évaluation de l'ANACT sur les démarches QVT des établissements de soins depuis 2015, et l'apport des neuro sciences sur la santé mentale au travail.

Un portfolio individuel (guide pratique pour réinvestir les compétences acquises dans sa pratique quotidienne) est remis à chaque participant.

PUBLIC

- Cadres et managers d'équipes.

CONCEPTEUR / INTERVENANTS

- **Concepteur** : Cadre supérieur de santé, accompagnateur en RH, spécialisé en ergologie, gestion des risques psychosociaux, communication et management, formateur de formateurs et d'animateurs de groupes d'analyse des pratiques professionnelles
- **Intervenant** : Cadre supérieur de santé, accompagnateur en RH, spécialisé en ergologie, gestion des risques psychosociaux, communication et management, formateur de formateurs et d'animateurs de groupes d'analyse des pratiques professionnelles



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Être en mesure d'améliorer sa propre qualité de vie au travail en tant que cadre et celle de l'équipe avec ses collaborateurs
- Être capable d'utiliser avec l'équipe des méthodes réflexives, pour identifier les paramètres sur lesquels il est possible d'agir pour favoriser la satisfaction professionnelle
- Acquérir des outils de management dynamiques permettant de développer des compétences collectives
- Accompagner les membres de l'équipe à devenir décideurs et acteurs de leur qualité de vie globale (QVG)

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

QUALITÉ DE VIE ET BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL : LES FONDAMENTAUX

- Le lien avec la santé
- Les enjeux pour soi et pour l'entreprise
- La réglementation
- Les facteurs déterminants du bien-être au travail
- L'apport des neuro sciences pour la santé
- Qualité de vie au travail et qualité de vie globale

AMÉLIORER SA RELATION MANAGÉRIALE PAR LA COMMUNICATION

- Verbal et non verbal : difficultés et techniques
- Communication adaptée suivant les situations
- Espaces de régulation
- Organisation de l'expression : les différents types d'entretiens
- Évaluation et équilibre des charges de travail

AMÉLIORER SON POSITIONNEMENT DANS LA GESTION D'UN GROUPE

- Le management : sain, bienveillant ou bien-traitant. Que retenir ?
- Autonomie, coopération et besoins
- Des outils pour comprendre les comportements
- Les interlocuteurs « difficiles »

INTÉGRER L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE DANS SON MANAGEMENT

- Identifier son fonctionnement émotionnel et celui des autres
- Personnalités et besoins
- Distinction entre besoins et moyens
- Gestion émotionnelle du changement

DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

- Diaporama d'animation interactif, vidéos
- Analyse des pratiques professionnelles structurée, jeux de rôle, brainstorming, autodiagnostic
- Élaboration d'un projet individuel ou collectif pour intégrer les nouveaux savoirs dans sa pratique quotidienne
- Portfolio individuel remis à chaque participant
- Livret pédagogique reprenant l'ensemble du contenu de la formation, remis à chaque participant

ÉVALUATION ET TRAÇABILITÉ

- Attestation de formation avec auto-évaluation sur objectifs pédagogiques personnels
- Feuille d'émargement des participants

Autres formations

- ▶ Devenir acteur de son bien-être au travail et de sa qualité de vie
- ▶ Management bienveillant
- ▶ Apprendre à animer un groupe d'Analyse de Pratiques Professionnelles
- ▶ Accompagner ses équipes par la mise en place de la démarche d'Analyse des Pratiques Professionnelles
- ▶ Manager des équipes pluriculturelles et générationnelles