

La résilience des équipes



La résilience est la capacité d'activer ses ressources dans les situations de crise et d'exploiter les défis comme une possibilité de développement. Les équipes résilientes vivent les mêmes difficultés que les autres et sont exposées de la même manière aux facteurs de stress, mais elles ont une manière différente de les traiter.

Dans le cadre de cette formation, les collaborateurs et les cadres réfléchissent à la manière de gérer les défis au sein de leur équipe. En outre, des impulsions leur sont données pour améliorer leur résilience et celle de leur équipe dans la pratique.

Objectifs

- Se familiariser avec les facteurs de résilience
- Identifier sa propre résilience ainsi que celle de son équipe et réfléchir sur celle-ci
- Renforcer sa capacité de résistance quand il s'agit de relever des défis
- Etablir des mesures

Performance vivit

- Terminkoordination mit dem Kunden
- Vor- und Nachbereitung
- Umsetzung

Content

- Les huit facteurs de résilience
- Les compétences essentielles des personnes ayant de la résistance
- Réflexion sur sa propre résilience
- Exercices de pleine conscience et de relaxation
- Elaboration de domaines d'action et de mesures

Performance client

- Terminplanung und Koordination
- Information und Einladung Mitarbeitende
- Räumlichkeiten und Material (Beamer, Laptop Flipchart, Moderationskoffer...)

Les prix indiqués s'entendent TVA et frais exclus.

Le contenu est ajusté en fonction de la durée. En fonction de la taille du groupe, un second spécialiste sera également présent.

Les modifications et compléments apportés aux contenus sont facturés en fonction du travail fourni.

Avons-nous suscité votre intérêt? Nous nous tenons personnellement à votre disposition.

vivit
centre de compétence pour la santé et la prévention de la CSS
Tribtschenstrasse 21
Case postale 2568
6002 Lucerne
058 277 60 00
info@vivit.ch
www.vivit.ch