

Ateliers de Suivi et de Codéveloppement REP

Résilience en Environnement Professionnel

Programme détaillé

7h réparties sur 2 demi-journées de 3h30

Accueil à partir de 8h00

Atelier de 8h 30 à 12h 00

Atelier 1 :

1. **Échange** sur l'évolution de la résilience de chacun.
2. **Partage** des retours d'expériences et des bonnes pratiques REP.
3. **Renforcement** si besoin des plans d'actions individuels.
4. **Découverte** plus en profondeur de certains indicateurs de l'échelle de la résilience (REP). *
5. **Acquisition** de nouveaux outils permettant de favoriser la résilience des collaborateurs / des collègues.*

Atelier 2 :

1. **Échange** sur l'évolution de la résilience de chacun.
2. **Partage** des retours d'expériences et des bonnes pratiques REP.
3. **Renforcement** si besoin des plans d'actions individuels.
4. **Découverte** plus en profondeur de certains indicateurs de l'échelle de la résilience (REP). *
5. **Acquisition** de nouveaux outils permettant de favoriser la résilience des collaborateurs / des collègues.*

* Thèmes à la carte selon :

- ⇒ *les résultats de la résilience du groupe (moyenne des résiliences individuelles). Priorité aux points faibles.*
- ⇒ *les besoins managériaux exprimés par les participants (si équipe de managers).*
- ⇒ *le temps restant disponible suite aux 3 premiers points.*

Durée

2 ateliers minimum

-

**Une demi-journée
par atelier**

Public

Tous publics.
Entreprises.
Particuliers.

Pré-requis

Avoir suivi les 2 journées de formation initiale au modèle REP: « Phase 1: *Résilience individuelle* »

Méthode pédagogique

Codéveloppement.
Intelligence collective.
Pédagogie participative.
Apports théoriques
Démonstration de l'animateur.
Exercices / Ateliers / Training.
Autodiagnosics.

Fiche actualisée en janvier 2025

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, l'apprenant sera capable de :

- **Renforcer** sa résilience au travail afin d'améliorer son bien-être et sa performance professionnelle.
- **Renforcer et pérenniser** son plan d'actions.
- **Manager et ou Communiquer** en influençant positivement la résilience de ses collaborateurs et de ses collègues.

Compétences visées

- Capacité à comprendre plus finement encore le concept de résilience en entreprise.
- Capacité à comprendre plus finement encore l'approche systémique et ses différents bénéfices.
- Capacité à comprendre plus finement encore les éléments de l'Echelle REP.
- Capacité à comprendre plus finement encore son profil REP.
- Capacité à déployer un plan d'actions personnel efficace et pérenne.
- Capacité à comprendre pleinement l'impact de son management et ou sa communication sur la résilience de son entourage.
- Capacité à influencer positivement la résilience de ses collaborateurs et ou collègues.

Modalités d'accès

Nos prestataires hôteliers sont des établissements permettant l'accès des personnes à mobilité réduite.

Nous consulter pour toute question relative à l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap.

Tarifs

800 € HT par Atelier

Soit 1 600 € HT pour 2 Ateliers

Soit 1 736 € TTC (*hors prestation hôtelière*).

Moyens d'évaluation

Retours d'expériences et des bonnes pratiques.

Ateliers et exercices pratiques.

Auto-évaluation.

Quiz avec l'outil digital Klaxoon.

Organisation

Participants : 10 personnes

Maximum 20 personnes pour
1 consultant

AVANT L'ATELIER

- Chacun retourne dans son contexte professionnel et expérimente les outils vus à l'étape précédente.

PENDANT L'ATELIER

- Remise à chaque participant des fiches théoriques complémentaires.

A L'ISSUE DES 2 ATELIERS

- Remise à chaque participant d'une attestation de participation.

Fiche actualisée en janvier 2025