

Entraînement à la résilience

Que faire pour que le personnel soit encore en forme et totalement performant dans cinq ans?

Changement, rythme, cadence – nous sommes constamment sous tension. Et nous sommes de plus en plus nombreux à atteindre nos limites. Nous vous formons, vous et votre équipe de direction, pour que vous et vos collaborateurs puissiez être extrêmement performants sans vous épuiser. Une direction saine et résiliente est primordiale pour une GSE efficace et durable.

La résilience désigne la capacité à gérer souverainement la pression et les changements, à surmonter les situations difficiles avec davantage de sérénité et à être parfaitement armé pour maîtriser les crises. C'est une force intérieure qu'il est possible d'entraîner. De nombreux experts considèrent la résilience comme une compétence essentielle du XXI^e siècle. Les formations à la résilience sont encore assez peu connues en Suisse. Cela fait déjà quelque temps que des sociétés américaines et australiennes les utilisent avec succès. Leur efficacité est scientifiquement prouvée. Elles

renforcent les compétences personnelles et sociales ainsi que la capacité de résistance. Pour des collaborateurs, des cadres et des équipes surmenés. Vous obtenez des succès durables lorsque les acquis sont appliqués au quotidien, soutenus dans une approche top down et implémentés dans la culture d'entreprise.

Avantages:

- Empêcher l'épuisement et le burnout
 - Renforcer la capacité à exploiter pleinement les propres performances
 - Autogestion saine
 - Accroître la présence et l'engagement
 - Améliorer la collaboration
 - Augmentation de la productivité
 - Empêcher les absences de longue durée, les cas d'invalidité et les rentes de la caisse de pension
 - Ancrer la GSE dans la culture d'entreprise
-

Notre offre

Direction résiliente

Pour les chefs d'entreprise et leur équipe de direction (1 à 3 jours)

- pour les grandes entreprises: inhouse
- pour les PME: régional

Contenu

- Comprendre le processus de burnout
- Détecter les signes avant-coureurs
- Autogestion
- Direction résiliente

Coûts

Journée: à partir de 3500 CHF hors TVA et frais de voyage (2 formateurs, jusqu'à 16 participants)

Des offres supplémentaires pour les collaborateurs et les équipes surmenés sont disponibles sur demande.

Nos partenaires

www.morgenthaler-consulting.ch

www.ismat.com



www.baloise.ch/care

 **Baloise**
Assurances