

Ref. D1027

## Qualité de vie au travail : levier de la performance et du bien-être

### OBJECTIFS

- ▶ Comprendre et intégrer les composantes d'une Qualité de Vie au Travail (QVT).
- ▶ Prévenir et gérer au mieux les réactions individuelles face aux tensions.
- ▶ Renforcer ses compétences managériales dans la relation de face à face et développer ses habiletés managériales dans la relation et communication avec l'équipe.
- ▶ Mettre en place une stratégie et des outils propices à une QVT « maîtrisée ».

### PROGRAMME

- ▶ Qualité de Vie au Travail et son alliance à la performance
  - notions de QVT et de performance
  - les composantes et sources de bien-être
  - risques et phénomènes liés à une QVT « dégradée »
  - évaluation de son contexte de travail pour une recherche d'équilibre
- ▶ Gestion des réactions personnelles à la pression
  - faire face aux situations stressantes, diminuer sa réaction aux tensions, préserver son équilibre de vie
  - repérage des signes avant-coureurs et des collaborateurs en difficulté
- ▶ Les bonnes pratiques managériales dans la relation en face à face
  - communication relationnelle et émotionnelle
  - la bonne posture en situation complexe
  - des feed-back porteurs de reconnaissance et de développement
  - réactions face à une personne en souffrance
- ▶ Les habiletés managériales dans la relation avec l'équipe
  - les stades de développement et phénomènes de groupe
  - création d'une dynamique d'équipe, et d'une coopération confiante
  - modalités de résolution de problèmes en groupe
- ▶ Process pour la mise en œuvre d'outils propres à une QVT
  - donner du sens et piloter la performance
  - assumer pleinement son rôle de manager et définir ses propres axes de progrès



**Méthodes pédagogiques** : Etudes de cas, apports théoriques, méthodologiques, travail en sous-groupes, jeux de rôles  
Remise d'un support écrit. Evaluation des acquis en début et fin de stage.

**Personnes concernées / Prérequis** : Directeur(trice)s, cadres, chefs de service, coordinateurs

**Animation** : Conseil en management et développement Ress. Humaines, titulaire DUEPS


**Nombre de participants** : 12 personnes maxi

**DPC** : nous consulter

**Durée** : 4 jours, soit 28 heures

## INTRA

Ce stage peut être organisé dans votre établissement avec un tarif groupe.

Lieu	Sessions programmées	Droits d'inscription
 La Rochelle (17)	Du 16/09/2024 au 19/09/2024	1 210 €

