SUD FORMATIONS SANTÉ



MIEUX SE CONNAÎTRE POUR TROUVER SON ÉQUILIBRE EN TANT QUE MANAGER

Public
Encadrement de proximité de tous secteurs du CHU et de toutes catégories professionnelles, managers ou primo managers

Pré-requis
Aucun

Modalités
Présentiel

Durée
1 jour - 7 heures

DATES & LIEUX

A définir dans vos locaux

INTERVENANTS

Hélène FAUCON-MARTIN
Formatrice en Management et Communication en établissements sanitaires et médico-sociaux

VALIDATION

Certification de réalisation
Attestation de fin de formation

TARIFS

Nous consulter

DMA045

Lieux aménagés et modalités adaptées pour faciliter l'accès et l'usage aux personnes en situation de handicap

PROGRAMME

JOUR 1

- Représentations individuelles et collectives de la fonction d'encadrement
- Motivation et sens au travail
- Impact de ses propres valeurs dans son type de management au quotidien
- Développer sa congruence et savoir identifier les éventuels conflits de valeurs

- Le concept de charge mentale / charge émotionnelle
- Différencier les ressources individuelles et les ressources collectives
- Identifier les « drivers » individuels, facteurs favorisant la réaction de chacun face à la charge mentale et émotionnelle
- Comment ajuster, comment développer la capacité à « faire un pas de côté »
- Gérer l'impermanence

- Le concept de résilience
- La résilience dans le management, la capacité de résister au choc et de rebondir après une crise
- Crise sanitaire et résilience individuelle et collective au sein des établissements hospitaliers
- Comment redonner du sens, les éléments clefs de la résilience
- Savoir s'appuyer sur l'intelligence collective

- Jeu collaboratif
- La force et les ressources du collectif
- Proposition d'expérimentation de techniques de détentes rapides issues de la sophrologie
- Prendre soin de soi pour mieux manager
- Équilibre vie professionnelle-vie personnelle

- Production d'un plan d'action individuel
- Afin de compléter et de développer les compétences acquises pendant les journées présentielles nous proposons aux participants qui le souhaitent de réaliser u module e-learning indépendant en fonction de leurs besoins sur notre plateforme pédagogique (accès pendant deux mois à partir du 1er jour présentiel réalisé) :

- « Mieux se connaitre pour mieux manager » (4 modules indépendants) (1 heure 25 minutes)
- « Identifier les différents styles de management efficaces » (4 modules indépendants) (2 heures 10 minutes)

- Pour les modules e-learning : Méthodes pédagogiques interactives alternant vidéos pédagogiques courtes (De 3 à 10 min), quiz d'ancrage mémoriel, exercices d'application, de réflexion et/ou de mémorisation, activités collaboratives, téléchargement possible de fiches synthèse et fiches conseils et documents/outils utiles, études de cas

RÉSULTATS ATTENDUS

- Clarifier ses valeurs professionnelles et ses sources de motivation en tant que manager
- Prendre conscience de ses ressources et de ses freins pour mieux gérer sa charge mentale et émotionnelle.
- Développer sa résilience managériale, l'art de résister et de rebondir après un choc
- Renforcer l'esprit d'équipe et se ressourcer : prendre soin de soi
- Définir un plan d'action individuel

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Donner du sens et intégrer leurs valeurs professionnelles dans leurs pratiques managériales au quotidien
- Aborder et gérer différemment la charge mentale et émotionnelle du manager
- S'approprier des outils facilitant la gestion du temps au quotidien
- Poursuivre le développement de la résilience individuelle et collective au sein de l'institution
- Préserver l'équilibre vie privée-vie professionnelle à partir d'un plan d'action individuel concret
- S'approprier des techniques simples de détente rapide, réalisables dans le contexte professionnel

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Méthode active et participative (Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques, approche réflexive par des temps ciblés d'analyse des pratiques, échanges à partir d'expériences et de situations, études de cas, mise en situation, travail en sous-groupes)
- Remise d'un livret pédagogique

ACCESSIBILITÉ



Lieux aménagés et modalités adaptées pour faciliter l'accès et l'usage aux personnes en situation de handicap