



Email: info@smartfuture.tn



Téléphone : (+216) 70 100 500

Gérer le stress de son équipe

2023

2 jours

+ 20 ANNÉES
d'expériences
à votre service

Smartfuture

FORMATION



Smartfuture

Business | Education | Training | Solutions



www.smartfuture.tn

[@](#) [f](#) [v](#) [in](#) / smartfuture.official

Adresse : 47 Av. Mouaouia IBN ABI SOFIANE, EL MENZAH VI, 2091 ARIANA, TUNISIE

Durée:

2 jours

Formations dirigées par un instructeur

Objectif

- Examiner et distinguer le stress et ses conséquences sur son équipe
- Développer le style de management afin de prévenir le stress de son équipe
- Trouver des résolutions pour lutter contre les conséquences du stress

Profil population cible

- Managers

Examen de certification

N/A

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire pour suivre la formation gérer le stress de son équipe



PROGRAMME



Plan du cours

Module 1

Les aspects de la gestion du stress en équipe

- Appréhender le fonctionnement et le processus du stress
- Afficher les marqueurs de stress
- Représenter les causes les conséquences du stress sur l'être humain
- Détecter les origines de stress professionnel et ses conséquences sur le milieu du travail
- Connaître ses propres raisons de stress professionnel et personnel
- Travailler sur la gestion et la limitation de son stress

Module 2

Relativiser le stress de soi et de son équipe

- Examiner l'impact de son style de management sur le stress de son équipe
- Relativiser l'impact des situations stressantes les plus courantes
 - Appliquer la gestion du temps et résoudre son impact sur soi et sur les collaborateurs
 - Faire preuve de reconnaissance par des gestes
 - Savoir créer des moments afin de célébrer les réussites
- Appliquer son accompagnement managérial en déduisant les alarmes du stress

PROGRAMME



Module 3

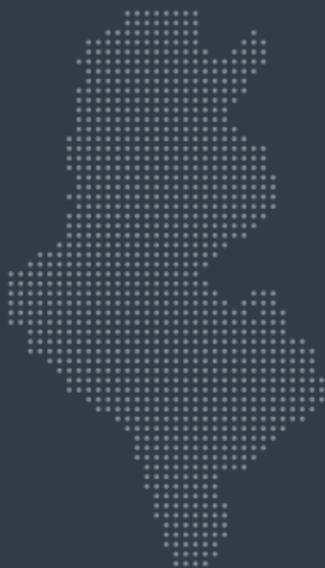
Le style de management au service de la lutte contre le stress

- Appropriier son management selon des différentes situations
- Examiner son aptitude à mandater par rapport des situations
- Assister ses collaborateurs à trouver leur autonomie
- Se joindre dans les étapes de changement

PROGRAMME



Smartfuture



Make it
happen...



« we do it with quality »

    /smartfuture.official