

La qualité de vie au travail

Public concerné

Tout professionnel de santé

Prérequis

Maîtrise des savoirs de base

Durée formation

3 jours (21H)

Lieux

Intra-établissement

Inter-établissement : Colmar
Nous consulter pour nos autres sites de formation

Tarifs

Intra-établissement :
1 110 à 1 400€ / jour pour un groupe selon le lieu de formation

Inter-établissement :
220€ / participant (repas en sus 8,50€ /participant)

Délais d'accès

Variable et inférieur à 2 mois

Modalités d'accès

Signature de la convention de formation

Intervenant

Psychologue et Psychothérapeute
Formatrice et Éducatrice spécialisée

Contact

03 89 21 22 55
institut-formation.continue
@diaconat-mulhouse.fr

Référent handicap
03 89 21 22 50

Objectifs

- Connaître la stratégie nationale de la qualité de vie au travail
- Participer à sa qualité de vie au travail et à celle des autres
- Prendre du recul
- Manager avec bienveillance
- Adopter une communication favorisant l'écoute et la compréhension
- Connaître les mécanismes de stress et de burn out pour savoir les éviter

Contenu

La stratégie nationale d'amélioration de la qualité de vie au travail :

- Construire ensemble des conditions de qualité
- Une communication de qualité
- Le besoin de reconnaissance
- La relation Adulte / Adulte
- Retrouver la responsabilité de ses émotions
- Exprimer ses sentiments et ses besoins de manière à susciter de la compréhension
- Les conflits et les résistances
- Prendre soin de soi
- Pose d'objectifs et critères d'évaluations
- Débriefing des deux jours

Intersession :

Le temps d'intersession permet aux stagiaires de mettre en application les acquis de cette formation afin de pouvoir évaluer sa pratique lors du dernier jour

Programme de la journée d'analyse des pratiques :

Cette journée permet de soutenir les acquis des deux premiers jours, d'évaluer la mise en place des changements initiés et de fixer des objectifs à moyen et long terme.

- Évaluation des objectifs et critères d'évaluations posés lors du premier module
- Analyse réflexive des situations posant problèmes
- Nouveaux apports théoriques (si besoin)
- Pose d'objectifs et critères d'évaluations à moyen et long terme
- Débriefing de la formation

Méthodes pédagogiques

La formation alterne théorie, travail en groupe, exercices.

- Apport d'éléments théoriques,
- Apprentissage des techniques par démonstrations et expérimentations entre participants,
- Échanges d'expériences vécues,
- Exercices et temps de partage après les exercices,
- Documents pédagogiques remis aux participants.

Modalités d'évaluation

Évaluation écrite des acquis de la formation, bilan oral et questionnaire individuel de la formation.