

GÉRER LE STRESS ET LES CONFLITS - ENCADRANTS

Contenu pédagogique

- Les causes du stress
- Les conséquences positives et négatives
- La gestion du stress et des situations à risques

▼ OBJECTIF

- Améliorer sa communication interpersonnelle verbale et non verbale
- Comprendre les origines et les mécanismes du stress
- Adopter les comportements appropriés
- Canaliser ses émotions et gérer des situations difficiles

▼ PUBLIC CONCERNÉ

Salariés des structures relevant de la branche des entreprises de services à la personne et plus particulièrement les dirigeants, encadrants et encadrants intermédiaires

▼ PRÉREQUIS

Aucun

▼ MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

▼ DURÉE