



Des formations pour la prévention du stress et le management des risques psychosociaux

Après dix ans de recherche, nos docteurs en Sciences Humaines ont conçu une méthode innovante au service du savoir-être et de la communication professionnelle.

Vous êtes attentifs à la prévention des risques psychosociaux...

En lien avec des scientifiques de haut niveau, la qualité du climat relationnel est une valeur ajoutée pour votre entreprise



Les axes de recherche de Gaeris

Le manager doit être doué d'une intelligence à la fois organisationnelle (*logique*) et comportementale (*psychologique*), et la complexité de ses missions implique toujours un certain "savoir-être". Les sciences humaines contribuent à repenser le management, et donnent ainsi les moyens de porter les valeurs fortes de l'entreprise (*éthique*).

Les domaines concernés par l'innovation sont en particulier :

- ❖ La communication en entreprise
- ❖ La maîtrise organisationnelle
- ❖ Le diagnostic et l'amélioration des conditions de travail
- ❖ L'intelligence comportementale et relationnelle
- ❖ Le stress et le climat humain de l'entreprise
- ❖ Le management des risques psychosociaux
- ❖ La prévention des risques
- ❖ Le savoir-être et le discernement
- ❖ La culture générale et le recul de la réflexion

Une approche transdisciplinaire au service de l'innovation

David Lucas
(docteur en philosophie)

Benjamin Dreux
(master en sophrologie – master en ergonomie)

Chercheurs associés :

Albin Hamard
(docteur en Staps – spécialité anthropologie)

Déborah Nourrit
(docteur en Staps – spécialité psychologie expérimentale)

Entreprise financée par l'**Arirt Centre** Agence Régionale
pour l'**Innovation** et le **Transfert de Technologie**



Diagnostiquer et prévenir les RPS

Exemple 1

Public concerné

- Managers et encadrement

Objectif de la formation

- Prévenir le stress et les Risques Psychosociaux
- Acquérir des outils de détection et des moyens d'action contre la souffrance au travail
- Manager et communiquer au service du climat relationnel
- Gérer le stress et les conflits

Outils pédagogiques

- Apports théoriques
- Mises en situation
- Analyses de cas

Formateur

David LUCAS – Benjamin DREUX

Contenu de la formation

- Les enjeux de la souffrance au travail
- Le logique, le psychologique et l'éthique
- La compréhension du stress
- Les outils de détection
- Le management des RPS
- L'importance de la psychologie
- Quelques outils de diagnostic psychologique
- Les principes de la communication
- La question des générations
- L'intelligence comportementale et relationnelle
- Les enjeux de l'empathie et de l'écoute
- La gestion des conflits
- Le savoir-faire et le savoir-être
- Tests d'autodiagnostic et connaissance de soi
- Mises en situation et analyses de cas pratiques

Vous êtes un manager soucieux de la santé de vos collaborateurs, et vous savez que le mal-être peut nuire au fonctionnement de votre service...

Vous voulez acquérir des outils de détection et des moyens d'action contre la souffrance au travail...

Vous savez que c'est la compréhension de son propre stress qui permet de prévenir celui de ses équipes, et qu'un manager doit d'abord savoir prendre soin de lui-même...

Vous connaissez l'importance de la communication et de la psychologie, et vous souhaitez donner une base scientifique à vos pratiques managériales...

Cette formation a été pensée pour vous !

Intelligence relationnelle et théâtre d'entreprise

Exemple 2

Public concerné

- Managers et dirigeants d'entreprise

Objectif de la formation

- Maîtriser les enjeux émotionnels de la relation de travail
- Savoir communiquer dans l'entreprise
- Mettre ses interlocuteurs en confiance et éviter les conflits
- Se connaître et savoir travailler en équipe

Pré requis

Aucun

Outils pédagogiques

- Apports théoriques
- Etude de cas pratiques
- Test d'autodiagnostic
- Improvisation théâtrale
- Mises en situation

Consultant

David LUCAS

Contenu de la formation

Connaissance de soi

- Repérer les types psychologiques
- Connaître ses points faibles
- Eviter les mises en échec de la relation
- Maîtriser les effets de ma personnalité sur mon interlocuteur
- Donner bonne impression

La relation aux autres

- Maîtriser les codes sociaux et psychologiques de la relation
- Eviter les "erreurs diplomatiques" et les "messages toxiques"
- Savoir délivrer des messages "positifs" et mettre son interlocuteur en confiance
- Lire les enjeux émotionnels des relations humaines
- Eviter et désamorcer les conflits
- Exercices pratiques et mises en situation

Votre activité professionnelle vous conduit à dialoguer et à communiquer...

Vous devez convaincre et motiver votre équipe...

Vous craignez les effets contreproductifs du conflit mais vous ne savez pas toujours l'éviter et en analyser les causes...

Vous êtes soucieux du bien-être de votre équipe et de vos collaborateurs...

Cette formation a été pensée pour vous !

Le "savoir-être" du manager

Exemple 3

Public concerné

- Managers et dirigeants d'entreprise

Objectif de la formation

- Savoir-être manager
- Eviter les erreurs de management
- Asseoir son leadership
- Approfondir sa philosophie et sa pratique du management

Pré requis

Aucun

Outils pédagogiques

- Apports théoriques
- Etude de cas pratiques
- Tests d'autodiagnostic
- Création d'outils pratiques

Formateur

David LUCAS – Benjamin DREUX

Contenu de la formation

Le "savoir-être"

- Qu'est-ce qu'être manager ?
- Etre et avoir en management
- Les valeurs en management
- Ecouter et comprendre son interlocuteur
- Humaniser les relations de travail
- Comprendre la spécificité des Ressources Humaines

Les effets du "savoir-être"

- Avoir le charisme d'un manager
- Pouvoir n'est pas autorité
- Motiver et gagner la confiance de son équipe
- Protéger le contexte de travail et le climat de l'entreprise
- "Savoir-être" et éthique du management
- Prévenir la souffrance au travail
- Economiser le coût financier et humain d'un mauvais management
- Eviter les recettes toutes faites et le formalisme méthodologique
- Manager au-delà de l'évaluation des performances

Vous voulez "être" manager mais vous sentez bien qu'il n'y a pas de méthodes miracles...

Vous savez qu'une équipe en confiance est une équipe performante et motivée...

Vous souhaitez améliorer le climat de votre entreprise et vous savez que cette mission implique un certain "savoir-être"...

Cette formation a été pensée pour vous !

Savoir gérer le stress

Exemple 4

Public concerné

- Managers et dirigeants d'entreprise

Objectif de la formation

- Gérer le stress au travail
- Identifier les causes du stress
- Adopter des stratégies d'ajustement
- Préserver sa santé et celle de ses collaborateurs
- Apaiser les situations de travail stressantes

Pré requis

Aucun

Outils pédagogiques

- Apports théoriques
- Etude de cas pratiques
- Test d'autodiagnostic
- Création d'outils pratiques

Formateur

Benjamin DREUX

Contenu de la formation

Les facteurs de stress

- Les causes du stress
- Les caractères d'une situation stressante
- Les facteurs d'aggravation du stress
- Le stress au travail

Les stratégies d'ajustement

- La gestion du stress
- Les différents modes de défense contre le stress
- Le coping
- Enjeux et bienfaits de la rationalisation

Les types de personnalité

- Les variables individuelles du stress
- Les stratégies subjectives
- Les personnalités à risque
- Le stress dans la relation interpersonnelle

Votre activité professionnelle est stressante...

Vous dirigez une équipe soumise à un stress quotidien...

Vous mesurez les risques du stress pour votre santé et celle de vos collaborateurs, mais aussi son impact sur les performances de l'entreprise...

Cette formation a été pensée pour vous !

Conférence

Public concerné

- Managers et dirigeants d'entreprise

Objectif de la formation

- Manager à la pointe de l'innovation
- Nourrir son efficacité managériale
- Redonner puissance et hauteur à ses équipes
- Motiver pour les actions à haute intensité managériale
- Elargir l'horizon des managers
- Souder ses équipes autour de valeurs communes

Caractéristiques

- Conférence-débat
- Méthode : Apports théoriques, questionnement et réflexion, débats, retours d'expérience, remise de supports spécifiques

Conférencier

David LUCAS, docteur en philosophie

Contenu de la conférence

Les *savoir-faire* sont la base de la réussite de l'entreprise.

Cependant, le *savoir-être* ajoute à la **logique** des méthodes une part de **psychologie** et d'**éthique** qui rendent le développement et les performances bien plus durables. La vie de l'entreprise tient donc à ces trois ordres d'enjeux.

Le manager doit être doué d'une intelligence à la fois :

- **Logique** (Organisationnelle)
- **Psychologique** (Comportementale)
- **L'éthique** (Philosophique)

Le management ainsi entendu implique toujours un certain *savoir-être*.

Les philosophes, les psychologues et les sociologues de Gaeris contribuent à repenser le management, et vous donnent ainsi les moyens de porter l'**éthique** de votre entreprise.

Vous savez que la qualité du management est une forte valeur ajoutée pour l'entreprise... Vous avez également perçu que le discernement et l'ouverture d'esprit du manager sont le secret de sa puissance...

Une équipe de scientifiques vous permet de renouveler votre approche du management, et vous fait part des toutes dernières avancées de la recherche en sciences humaines.... L'action puise aussi sa force dans la réflexion...

Une conférence qui éclaire la pratique des managers !