

## ADOPTER LA BONNE ATTITUDE FACE UN SALARIE EN DIFFICULTE

<b>Public</b>	➤ Responsable RH, Manager, Membre CSE
<b>Pré-requis</b>	➤ Aucun
<b>Durée</b>	➤ 2 jours (14 heures)
<b>Objectif</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <ul style="list-style-type: none"><li>○ Se gérer et gérer un salarié en difficulté.</li><li>○ Développer des ressources personnelles pour être plus serein dans certaines situations compliquées (Sentiment de solitude lors de décisions difficiles, impact émotionnel face à la souffrance du salarié, injonctions contradictoires subies, valeurs personnelles bousculées, etc.).</li><li>○ Installer un climat sécurisant et favorable à un échange efficace.</li></ul></li></ul>
<b>Méthodes pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <ul style="list-style-type: none"><li>○ Pour bien préparer la formation, le stagiaire effectue une auto-évaluation de positionnement avec un questionnaire complété par un entretien.</li><li>○ La pédagogie comprend les phases théoriques, des exercices, des analyses de cas et des échanges.</li><li>○ Cette formation s'appuie en plus sur des techniques psycho-corporelles innovantes pour se libérer de tensions qui empêchent une mise en action confortable. Un impressionnant corpus de recherches a démontré que le fait de se « décharger » par la parole suite à des épisodes pénibles n'a pas d'impact direct sur l'émotion.</li><li>○ Des exercices en situation génèrent très vite des améliorations perceptibles qui valident la progression des participants.</li><li>○ Pendant la formation, les acquis sont évalués afin de valider les nouvelles compétences.</li></ul></li></ul>
<b>Moyens techniques</b>	
<b>Planning 2026</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <ul style="list-style-type: none"><li>○ 12, 13 mars</li><li>○ 18, 19 juin</li><li>○ 5, 6 novembre</li></ul></li></ul> <p>En fonction des demandes, d'autres dates sont possibles.</p>
<b>Accessibilité</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ L'inscription à cette formation est possible jusqu'à 5 jours ouvrés avant le début de la session.</li></ul>

## PROGRAMME

- 1. Repérer les signaux
    - Signaux faibles, signaux forts.
    - Installer un bon état intérieur pour repérer plus facilement ces différents signaux.
  - 2. Bien communiquer (les 3 E)
    - Empathie.
    - Ecoute – Reformulation.
    - Enquête.
    - Questions ouvertes, fermées, neutres, orientées.
  - 3. Analyse de la situation
    - Accompagner le salarié dans la recherche de solutions.
    - Trouver les différentes ressources du salarié pour l'aider à se prendre en charge dans une certaine mesure.
  - 4. Techniques spécifiques pour « faire baisser la pression »
    - Techniques psycho-corporelles pour se libérer des charges émotionnelles et des tensions corporelles en quelques minutes.
    - Aborder avec plus de sérénité et de pertinence les situations anxiogènes.
    - Clarifier le mental au profit des bonnes décisions.