

## 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>◦ 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>
<b>Méthodes pédagogiques</b>	➤ <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></ul>
<b>Moyens techniques</b>	<ul style="list-style-type: none"><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>
<b>Planning 2026</b>	➤ <ul style="list-style-type: none"><li>◦ 12, 13 mars</li><li>◦ 18, 19 juin</li><li>◦ 5, 6 novembre</li></ul> <p>En fonction des demandes, d'autres dates sont possibles.</p>
<b>Accessibilité</b>	➤ L'inscription à cette formation est possible jusqu'à 5 jours ouvrés avant le début de la session.

## 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.