

## 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(e) dans certaines situations compliquées :<ul style="list-style-type: none"><li>- Difficulté à accueillir la souffrance de certains salariés (Détresse, colère, etc.)</li><li>- Injonctions contradictoires subies, valeurs personnelles bousculées.</li><li>- Sentiment de solitude lors de certaines décisions difficiles.</li></ul></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. 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.
- Comment retrouver un certain équilibre après une séquence tendue émotionnellement.

### 2. Repérer les signaux

- Signaux faibles, signaux forts.
- Installer un bon état intérieur pour repérer plus facilement ces différents signaux.

### 3. Bien communiquer (les 3 E)

- Empathie.
- Écoute – Reformulation.
- Enquête.
- Comment créer l'alliance afin d'installer un climat authentique et sincère.

### 4. Aborder plus confortablement un entretien difficile

- La Neuro-Communication pour :
  - Se préparer en quelques minutes avant un échange
  - Garder une qualité de présence pendant l'entretien
- Sensibilisation à la C.N.V. pour mieux accueillir les difficultés du salarié.