

LA PAUSE PERFORMANCE COLLABORATEURS

*Une semaine pour
professionnaliser
les pratiques à distance
qui deviennent la
norme*

**5 capsules de formation
de 45 minutes pour aider
les collaborateurs à retrouver
le chemin de la performance...**

Le mixte présentiel et télétravail perdure et devient la nouvelle norme. Donnez des leviers concrets à vos collaborateurs pour renouveler leurs pratiques professionnelles au service de la productivité et de l'organisation.

*Permettre aux
collaborateurs de
conserver une
dynamique motivante*

INSPIRATIONS
accompagnement Managérial

www.inspirations-management.fr
contact@inspirations-management.fr
Tél.: 06 75 15 07 39 ou 06 80 95 83 64

5 difficultés récurrentes rencontrées par les collaborateurs

5 capsules de formation pour y répondre



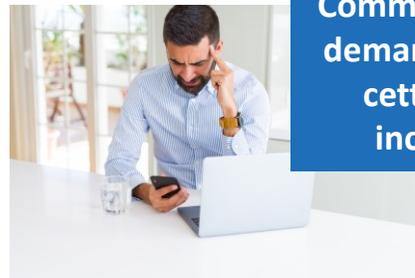
Comment gérer la pression quotidienne et le stress ?

Mathias est stressé. Il a des difficultés à gérer ses émotions. Il a des problèmes de sommeil, se nourrit de plus en plus mal. Son manager lui retransfère la pression et le charge trop.



Comment s'organiser entre périodes sur site et télétravail ?

Mathias jongle entre sa maison et son lieu de travail, il a des demandes qui arrivent de tous les côtés. Il n'arrive pas toujours à prioriser, a du mal à s'organiser et est souvent débordé.



Comment faire une demande claire en cette période incertaine ?

Mathias n'arrive pas à obtenir les éléments dont il a besoin pour avancer sur ses sujets, tant auprès de ses collègues que de son manager. Il a du mal à demander les choses.



Comment gérer un conflit à distance ?

Avec les difficultés de la période, Mathias s'est énervé plusieurs fois ou a subi l'emportement de collègues avec lesquels il s'entend bien habituellement.



Comment retrouver de la motivation ?

Mathias, qui a toujours été très investi, sent qu'il a du mal parfois à faire face. Il a l'impression de ne pas avancer et de passer du temps à ruminer.

A chaque thématique, des réponses et des outils concrets pour aider Mathias à reconstruire le cadre qui va lui permettre de renforcer ses compétences en mixant présentiel et télétravail

#Court #Du vécu
#Efficace #Souple
#Transposable

Nous adaptons nos thématiques aux problématiques de chaque client, contactez-nous pour faire le point ...

5 situations - 5 problématiques - 5 réponses concrètes

Pour maintenir l'efficacité et l'engagement de tous

La pression

#stress
#émotions

- Repérer ses facteurs de stress
- Faire la différence entre ce qui dépend de soi, des autres, du contexte
- Trier les faits, opinions, sentiments pour se sentir mieux
- Prendre du recul sur soi et gérer ses émotions
- Prendre soin de soi en trouvant ses ressources personnelles pour gérer son stress



L'organisation

#organisation
#priorisation

- Partager en transparence avec son manager pour redéfinir des objectifs clairs et réalistes
- Prendre de la distance pour déterminer les activités à enjeux, les tâches à reporter
- Identifier ses propres priorités et les organiser selon l'urgence et l'importance
- Être clair sur ses contraintes personnelles pour mieux organiser le professionnel



Rester clair

demander
oser demander

- Clarifier ses objectifs avant chaque entretien à enjeu
- Baser ses demandes sur des faits et préparer des arguments rationnels
- Formuler correctement ses demandes
- Oser dire les choses face à des collègues, clients ou hiérarchiques
- Être à l'écoute de ses besoins professionnels et les exprimer à son manager, ses collègues avec calme



Les conflits

#communication
#assertivité

- Faire la différence entre confrontation et affrontement
- Utiliser le bon canal de communication pour éviter la montée en puissance du conflit
- Savoir dire non à la demande et pas à la personne
- Dire que ça ne va pas
- Optimiser la communication et le partage en collectif et en mode distanciel pour anticiper les conflits



La motivation

#tenir dans
la durée

- Définir ses propres sources de motivation et ce qui apporte de la satisfaction
- Repérer ce qui démotive chacun
- Être au clair sur ses besoins fondamentaux : l'approche de Will Schutz
- Nourrir ses besoins motivationnels en conscience
- Développer la confiance en soi pour s'automotiver



La Pause Performance Collaborateurs

5 ateliers

5 x 45mn de formation
5 X 15 min d'échanges en ligne
Séances d'intelligence collective
Replay à disposition

100 € HT
la capsule de formation
375 € HT
le cycle de 5 capsules

Prise en charge possible par votre OPCO
finançable par le FNE

Nous contacter pour toute demande de formation spécifique
et d'intra-entreprise

	Prix par participant par atelier d'1h30	Prix par participant pour les 5 ateliers
Pour 1 participant	100 € HT	375 € HT
Pour 10 participants	90 € HT	330 € HT
Pour 30 participants	70 € HT	260 € HT

- Ces ateliers de formation feront l'objet d'une convention, d'un programme, d'un émargement électronique et d'une évaluation distancielle comme toute formation professionnelle.
- Les 5 thématiques peuvent être proposées en RV réguliers sur 5 jours de la semaine à des heures fixes, afin de ne pas empiéter sur les journées de travail. Un Replay est proposé en option pour répondre avec agilité aux contraintes de chaque participant.
- Les capsules de formation sont animées en mode sécurisé en privilégiant l'interactivité et les échanges.

Une pause pour les collaborateurs,
pour partager les bonnes idées
qui vont permettre de maintenir
la motivation et la performance
sur la durée.



Didier
Duffaut



Marie-Paule
Le Gall



Valerie
Bernardout

Ces formations seront animées par des consultants experts en
transformation des pratiques de travail à distance

Nous proposons lors de ces capsules distancielles :

- **Des outils pour enrichir ses pratiques** et développer l'aisance à travailler en mode distanciel.
- **Des idées pragmatiques** faciles à mettre en place dans son quotidien et qui favorisent l'efficacité.
- **Une pédagogie interactive avec des retours d'expériences** et des exemples concrets pour ancrer les apports pédagogiques.
- Un **document de synthèse** par capsule avec les bonnes pratiques, des fiches outils, des méthodologies liées à la thématique.