



“Booster la résilience”

L'enjeu

Exigence, volume de travail et performance sont les clés du monde professionnel actuel:

« La résilience est la capacité à rester flexible dans nos pensées, nos sentiments et nos comportements lorsque nous sommes face à un événement difficile de la vie ou à des longues périodes de pression, de sorte que nous émergeons de la difficulté plus forts, plus sages et plus capables ».

Sujets abordés en atelier

- ✔ Comprendre les principes de la résilience
- ✔ Apprendre à reconnaître lorsque nous perdons contact avec notre capacité de résilience
- ✔ Travailler avec diverses théories et approches de développement
- ✔ Utiliser les ressources à notre disposition
- ✔ Intégrer et mettre en pratique les outils les plus adaptés à chacun

Public cible

Equipes, cadres, collaborateurs et professionnels souhaitant comprendre le processus de développement constant de la résilience et en parallèle, apprendre à utiliser les ressources que nous avons déjà à disposition.

OBJECTIFS

Améliorer la capacité de résilience de votre organisation, équipes, collaborateurs, cadres.

Professionnels souhaitant apprendre plus sur le coaching de résilience.

INFORMATIONS PRATIQUES

Prochains cours

Consultez notre site web
www.career-consultants.ch

Nous proposons des options de cours flexibles:

Option 1

1 jour de formation comprenant module 1 à 5

Option 2

2 jours de formation (deux demi-journées) comprenant modules 1 à 5

Option 3

Une demi-journée (cours intensif) comprenant modules 1 à 5

Dates, tarifs et conditions de paiement

SVP, veuillez remplir la fiche d'inscription et nous prendrons contact avec vous dans les meilleurs délais.

Inscription/compléments

www.career-consultants.ch
Téléphone : 078 809 66 35

Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront prises en compte dans leur ordre d'arrivée.