

## Crise sanitaire et conséquences : Gérer l'incertitude

**Notre monde a été bousculé et tous nos repères avec. Comment faire pour retrouver de l'équilibre en période de turbulences ? La meilleure façon de gérer l'incertitude est de ne pas l'éviter, mais d'apprendre à être en contrôle lorsque nous y faisons face.**

- **Consultant détaché** : Stéphanie COLIN coach professionnelle certifiée, formatrice.  
Formation en intra entreprise
- **En présentiel, en présentiel mixte, en distanciel**  
Le logiciel utilisé pour le distanciel est Zoom, les émargements seront envoyés par Docusign
- **Sous forme d'alternance entre présentation théorique et mise en situation par le biais d'exercices pratiques écrits ou oraux**
- **Action de formation de développement et acquisition de compétences**
- **Dates : sur demande**  
**Lieu : chez le client ou en salle à Remiremont, Epinal, Nancy, Metz, Strasbourg, Paris et Lyon**
- **Durée et méthode** : 7 heures soit 1 jour
- **La formation sera formalisée par le biais d'un émargement**
- **Un quizz de fin de formation sera proposé en fin de formation**
- **Une attestation d'acquisition de compétences sera donnée au bénéficiaire**

### Objectif :

- Rappel des conditions de travail imposées par la crise sanitaire, quel que soit le niveau d'intervention dans la structure.
- L'humain et son rapport à la contrainte, sa capacité à s'adapter à la contrainte : comment et pendant combien de temps.
- La gestion de l'autre en période de crise sanitaire : peur, agressivité, victimisation
- Télétravail et quotidien : l'organisation de l'espace et l'organisation familiale, changer sa posture vis-à-vis de la situation pour mieux la vivre.

**Public** : Toutes personnes se sentant soumis à une pression psychologique nouvelle

**Pré – requis** : aucun

**Effectif d'un groupe** : 5 à 10 personnes maximum

**Horaires** : de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h

**Prix** : **1800 € HT par groupe** tous frais inclus / 250 € HT par personne en inter

- 1. Rappel des conditions de travail imposées par la crise sanitaire, quel que soit le niveau d'intervention dans la structure.**
  - Gestes barrières
  - Interdictions diverses
  - Les incompatibilités métier/gestes barrières
  - Télétravail
  - Isolement
  
- 2. L'humain et son rapport à la contrainte, sa capacité à s'adapter à la contrainte : comment et pendant combien de temps.**
  - Fonctionnement de l'individu sous contrainte
  - Adaptation à la contrainte : fonctionnement et capacité
  - Durée de l'adaptation et retour au calme après perturbation
  - Spécificité de cette crise sanitaire
  
- 3. La gestion de l'autre en période de crise sanitaire : peur, agressivité, victimisation**
  - **La peur de l'autre, défiance, l'ennemi invisible**
  - L'agressivité de l'individu sous contrainte forte : les risques et comment s'en prévenir
  - La posture de victime : les conséquences sur la structure, l'équipe, le client, soi
  
- 4. Télétravail et quotidien : l'organisation de l'espace et l'organisation familiale, changer sa posture vis-à-vis de la situation pour mieux la vivre.**
  - L'importance d'établir des limites géographiques des espaces
  - La discipline au service du bien être au travail en télétravail et/ou confinement
  - Le pacte de fonctionnement avec les membres de la famille en télétravail/confinement
  - Trucs et astuces pour gérer les interruptions, les urgences, le quotidien.