



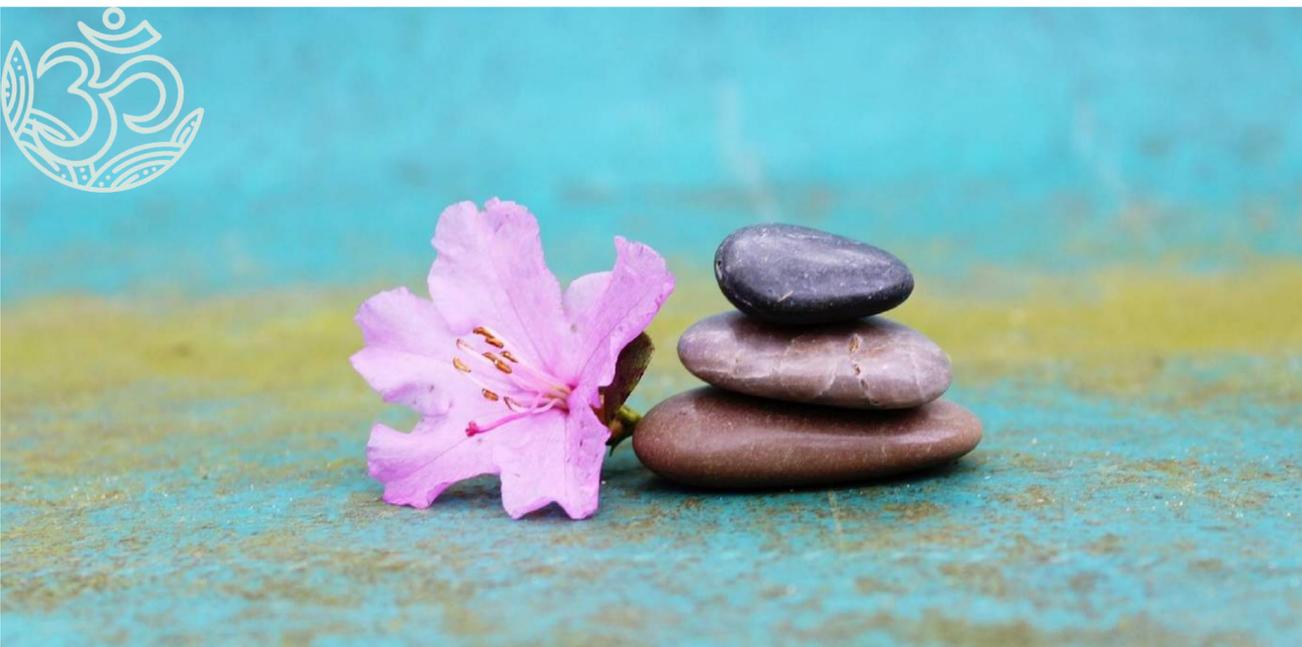
Make It Happen Mada

GESTION DE STRESS APPLIQUÉE AUMANAGEMENT

« Si votre Chef vous stresse, c'est qu'il est lui-même stressé. »

**Mathématiquement,
Une Equipe engagée + Des Objectifs de mission clairs = Performance**

QUE FAIRE POUR CREER CET ENGAGEMENT ?



**PENDANT QUE VOUS VOUS CONCENTREZ
SUR VOTRE COEUR DE MÉTIER,**

Nous donnons à vos Cadres Supérieurs et Intermédiaires, les outils pour :

-Réduire leur charge émotionnelle (due au cumul de pression) pour fonctionner de manière optimale en étant au pic de leur potentiel de Performance ;

-Gérer simplement par eux-mêmes, les situations génératrices de blocage en contexte personnel et professionnel ;

-Comprendre les effets pervers du stress à moyen et long terme sur leur santé, leur progression personnelle et leur avancement professionnel ;

-Leader leurs collaborateurs le plus efficacement possible en permettant à tous les acteurs de l'équipe de se sentir valorisé, concerné, motivé et engagé.

**PENDANT DEUX JOURNÉES PLEINES
AVEC VOTRE ÉQUIPE NOUS APPORTONS :**

Des outils simples d'auto-gestion destress;

· Les déclics pour progresser dans un intérêt individuel et collectif, personnel et professionnel ;

Et abordons la gestion de Stress dans sa dimension :

* Personnelle (épanouissement, santé, progression,...) ;

* Managériale.



LE SAVIEZ-VOUS ?

- Des collaborateurs saturés et constamment sous pression sont vos principaux facteurs de ralentissement ;

- Les paradigmes ont changé. La Science et les chiffres d'affaires démontrent désormais que c'est à l'aise, motivés et assurés de l'utilité de leur mission que vos collègues atteignent leur plus haut potentiel de Performance ;

Seuls 14% des staffs pensent avoir un rôle positif en Entreprise.

Pourquoi ?

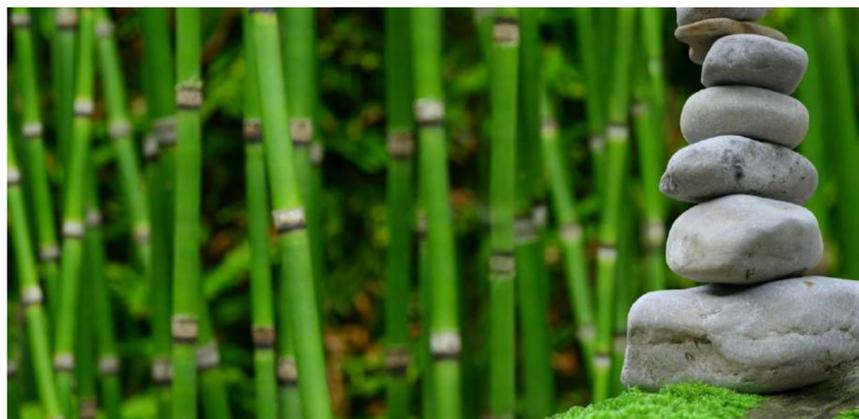
Que leur manque-t-il de notre part, pour leur permettre de jouer ce rôle catalyseur d'engagement pour le reste de l'équipe ?

"Le succès n'est pas d'atteindre le sommet - le succès est la façon dont vous rebondissez lorsque vous touchez le bas."

George Patton

Objectifs :

- Connaître les mécanismes du stress afin d'en comprendre les impacts systémiques et qualitatifs au niveau personnel et sur le processus de productivité ;
- Réduire les charges émotionnelles (causées par des fonctionnements sans communication) pour permettre aux participants de fonctionner de manière plus optimale ;
- Tourner des situations de stress en opportunités d'évolution personnelle et collective ;
- Donner aux participants des outils pragmatiques et simples pour leur permettre de gérer par eux-mêmes leurs situations de stress ;



Champs d'Application.

Toute situation déclenchant des charges émotionnelles fortes, répétées ou prolongées.

Toute situation exigeant une capacité d'analyse et de prise de décision.

Résultats attendus.

- Les participants comprennent les liens directs entre stress et qualité de Performance ;
- Les participants disposent des outils pour équilibrer eux-mêmes lorsque nécessaire, leur niveau de stress afin d'optimiser leurs ressources ;
- Les participants mettent en application les outils donnés en intervention et les partagent avec leurs équipes et collaborateurs pour plus d'efficacité collective ;
- Les participants savent apporter une dimension plus efficace à leur mode de Leadership.



Résumé déroulé d'intervention.

- Brise glace. Tour de table des attentes des participants et relevé des problématiques récurrentes dans l'exercice de leurs fonctions (point de focus des interventions).
- Schéma de fonctionnement cognitif et biochimie du cerveau.
- Question à rebours sur les facteurs de stress et sur les impacts cumulés.
- Identification et déconstruction des émotions et de leur rôle primaire.
- Exercices de gestion de charge émotionnelle.
- Echanges et partages.
- Déconstruction des hormones amies.
- Déconstruction des hormones de stress.
- Déconstruction des impacts prolongés ou répétés de stress en termes de résultats et introduction au lâcher prise.
- Exercices de relaxation et de gestion émotionnelle.
- Exercices de gestion de croyances.

Supports :

Vidéoprojecteur, flipchart et tableau blanc, marqueurs, papiers brouillons, corbeille.



Performing differently!

Tarifs d'intervention:

PAPP (Formation) 2 jours : 4 600 000 Ar (15 Participants.)

EEP (Accompagnement terrain) : 150 000 Ar/J d'intervention.

AI (Accompagnement Individuel): 400 000 Ar/participant (dégressif selon le nombre de participants).

DPI (Disponibilité Post Intervention): Gratuit sur une période de 4 mois post-intervention.

Contact :
+261 (0) 34 06 886 76 / (0) 34 01 376 16
infos@makeithappenmada.com
cornelia.a@makeithappenmada.com