

	<p><b>OBJECTIFS</b></p>	<p>Avoir les moyens opérationnels pour anticiper au sein de son organisation</p> <p>Prendre du recul et de la distance dans un contexte de fortes pressions</p> <p>Adopter une attitude propice à l'anticipation</p> <p>Acquérir une méthodologie et des outils pour anticiper</p> <p>Construire un plan d'application</p>
<p><u>Public :</u></p> <p>Toute personne désirant avoir des moyens opérationnels pour anticiper au sein de son organisation</p>		<p><b>PRENDRE DU RECU AU QUOTIDIEN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Cerner les difficultés pour anticiper en situation professionnelle</li> <li>* Faire face à la pression du quotidien par une meilleure planification</li> <li>* Réduire la surcharge d'activités liée à la mauvaise circulation de l'information</li> <li>* Développer les aptitudes efficaces face à la pression</li> <li>* Prendre de la distance face aux problèmes pour mieux les résoudre</li> </ul>
<p><u>Moyens :</u></p> <p>Document remis aux stagiaires</p> <p>Vidéo projecteur</p>	<p><b>PROGRAMME</b></p>	<p><b>GERER SON STRESS FACE A LA PRESSION</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Trouver la bonne distance face aux situations d'urgence, les effets de contexte et de conformité de groupe</li> <li>* Comprendre ses réactions personnelles face à la pression</li> <li>* Garder de la flexibilité pour faire des choix pertinents</li> <li>* Traiter l'information différemment</li> </ul>
<p><u>Méthode :</u></p> <p>- Apports théoriques</p> <p>- Exercices collectifs et individuels à partir de situations vécues et concrètes</p> <p>- Construction d'un plan d'application personnel</p> <p><u>Durée :</u></p> <p>2 jours non consécutifs répartis en 1 jour et 2 ½ journées</p>		<p><b>SE DOTER D'OUTILS POUR ANTICIPER</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Entrer dans une démarche d'anticipation</li> <li>* Mettre en place une stratégie de veille et les indicateurs pertinents</li> <li>* La démarche d'élaboration de scénarios</li> <li>* Décider et agir aujourd'hui en fonction des scénarios probables</li> </ul>