

# GESTION DU STRESS-ART THÉRAPIE

## Objectifs :

- **Identifier** les sources de fatigue et de démotivation professionnelle
- **Définir** ses priorités, reconnaître ses limites, sa vulnérabilité dans la relation d'aide
- **Apprendre à gérer** son stress pour optimiser ses ressources
- **Intégrer** l'empathie comme outil fondamental dans la relation à l'autre pour trouver la bonne distance
- **Développer** une intelligence émotionnelle pour permettre au professionnel de mettre du sens sur son propre vécu afin de créer une collaboration de qualité avec les différents collaborateurs

### Public :

Tout public du secteur sanitaire et social en situation d'accompagnement

### Pré-Requis :

Néant

### Formation accessible :

En inter et intra établissement

**À noter :** Cette formation existe sur 3 jours avec un atelier supplémentaire. Un financement existe pour cette formation, nous contacter.



9h30 - 17h30

2 jours



20-21/02/2018

21-22/06/2018

8-9/11/2018



500 €/stagiaire

Tarif groupe  
2 jours : 1900 €



Groupe de  
12 stagiaires  
maximum

FORMATION EN  
INTRA POSSIBLE

Réf : MAN-1301