

Psychologie Appliquée à la GRH

Lien : https://innov-maroc.com/formation/psychologie-appliquee-a-la-grh

DURÉE
2 jours (14h)

RÉFÉRENCE
RH50

CATÉGORIE
Risques Psychosociaux et Santé au Travail

INNOV MAROC

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Comprendre les problèmes psychologiques et relationnels appliquées à la gestion des ressources humaines de manière à indiquer les Méthodes et générer des solutions

POUR QUI ?

- Tous dirigeants
- Cadres et responsables



Programme détaillé

1 / La dynamique positive du manager : les clés du savoir-devenir

- Le modèle de la psychologie positive comme alternative à la psychologie classique : comprendre ce qui va bien afin de le reproduire
- Performance et bien-être : comprendre la vraie nature du débat sur le bonheur au travail (du point de vue individuel au point de vue collectif)
- Le regard positif à l'épreuve du travail managérial : en quoi le manager est-il concerné par le modèle de la psychologie positive ?
- Psychologie positive et auto-évaluation
- Autodiagnostic positif (travail individuel)
- De l'auto-régulation au self-leadership ou comment se gérer soi-même (auto-direction, auto-motivation, stratégies de changement personnel)
- Jusqu'où peut-on positiver les pratiques managériales ?

2 / Apprendre à manager positivement : forces, solutions, opportunités

- Les champs d'application de la psychologie positive
- Le management orienté sur les forces (strengths-based management)
- Le management orienté solutions (solution-focused management)
- L'approche par les opportunités : la chance comme stratégie et comportement
- La gestion positive des difficultés relationnelles
- Le « savoir-rebondir » : affronter positivement les échecs et les difficultés
- Un modèle intégrateur : la voie optimiste et le management par l'enthousiasme
- Mise en place d'une stratégie globale de management positif (étude de cas)

3 / Identifier les personnalités difficiles et en protéger l'organisation

INNOV MAROC

- Personnalité difficile : situation à risque ou état pathologique ?
- Définir les limites de l'accompagnement et de l'encadrement
- Désamorcer les attentes des personnalités trop exigeantes

4 / Repérer et stopper rapidement les attitudes de manipulation

- Détecter les manipulateurs immédiatement
- Poser les bonnes questions pour cerner les personnalités manipulatrices
- Acquérir des outils pour retourner la situation à son avantage en toutes circonstances
- Eviter les manoeuvres de culpabilisation et de manipulation au cours d'une conversation

5 / L'analyse du stress dans son équipe

- Les différentes sources de stress professionnel dans son équipe
- Leurs conséquences sur l'atmosphère de travail (absentéisme, conflits, fatigue chronique...)
- Les indicateurs de stress d'un collaborateur "sous pression"texte

6 / Les techniques pour évacuer son propre stress

- Les techniques de respiration pour se rééquilibrer
- Les techniques de détente et de relaxation, type sophrologie
- L'approche cognitive pour démonter nos erreurs de logique
- Le rôle de notre "petite voix" intérieure et les moyens de la museler

7 / Une communication positive pour diminuer le stress

- La sélection des messages : quoi dire ? à qui ? quand ?
- Le travers du "tout est beau" pour se montrer lucide et éviter la langue de bois
- La trame pour faire une critique acceptable et acceptée

8 / Valoriser le capital humain et assurer le développement des personnes

- Mettre à jour et exploiter les potentiels individuels

INNOV MAROC

- Déléguer pour développer l'autonomie
- Imaginer ses communications réussies

Approche pédagogique

- Support Ecrit et Projection
- Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- Brainstorming et Jeux de Rôle
- Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- Test de Validation des Acquis des Connaissances

Prochaines dates programmées

12 au 13 Jan. 2027	Présentiel - Casablanca
11 au 12 Mars 2027	Présentiel - Casablanca
11 au 12 Mai 2027	Présentiel - Casablanca
08 au 09 Juil. 2027	Présentiel - Casablanca
09 au 10 Sep. 2027	Présentiel - Casablanca

Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

INNOV MAROC

Réservation & Renseignements

Téléphone : +212 522 247 210
Email : contact@innov-maroc.com
Web : https//www.innov-maroc.com

INNOV MAROC — Tous droits réservés