



2018

REVENIR AU TRAVAIL APRES UNE SITUATION DIFFICILE

Burn-out, Harcellement, maladie, dépression,....

Baie-Mahault 4 Jours

6,7 NOVEMBRE

27, 28 NOVEMBRE

- Travailler ses propres troubles d'estime de soi.
- Retrouver confiance en soi
- Définir ses priorités et ses objectifs
- Mobiliser ses ressources pour éviter les rechutes
- Apprendre à faire, penser, et ressentir autrement pour préserver son bien être

Contactez nous au 05 90 92 32 99 ou au 06 90 65 91 10
ou par mail : contact@travailleursdanslesiles.com

www.travailleursdanslesiles.com

immeuble California - Moudong sud - ZI de Jarry - 97122 Baie-Mahault

REVENIR AU TRAVAIL APRES UNE SITUATION DIFFICILE

INSCRIPTION :

1520€ TTC

(4 jours-16 heures de formation+6 heures de coaching individuel)

05 90 92 32 99

06 90 65 91 10

POUR QUI ?

Toute personne ayant vécu une situation difficile et qui souhaite être accompagnée pour préparer son retour au travail ou se réorienter dans de bonne condition

PRE REQUIS : aucun

Cette formation ne nécessite aucun pré requis.

ANIMÉE PAR : MADLY BIENVILLE /

Formatrice coach consultante experte en communication relationnelle et développement personnel. Maître praticienne PNL - Intervenant systémique & stratégique

Un double regard
(coach et manager)
et un
accompagnement
coaching pour
permettre le suivi



4

JOURS + 6 SEANCES DE COACHING

Repérer le temps du décrochage et faire le deuil des expériences passées

Les sources du déséquilibre et du mal-être au travail : Les liens de cause-effets

Comprendre l'influence de ses modes de fonctionnement, de ses attentes et valeurs, de la nature des interactions au travail
Identifier les responsabilités partagées.

Tirer les enseignements de l'expérience difficile vécue

Acter le temps de la reconstruction

Analyser ou aider à analyser les peurs dans le retour au travail (se tromper, échouer, ne pas être à la hauteur...)

Aider à prendre conscience des ressources et des capacités de rebond

Retrouver du sens au travail

Se reconstruire et (ré)affirmer son identité professionnelle

Le temps du retour s'il est possible

Identifier les étapes clés d'un retour au travail et les "personnes ressources" dans la phase de réintégration

Savoir exprimer les besoins pour un retour dans les meilleures conditions (poste de travail, management, aménagement du temps de travail, ...)

Préparer à des relations positives et constructives pour soutenir le retour au travail

Savoir parler de cette étape avec confiance et authenticité.