

## SEMINAIRE

### OPTIMISER SES RESSOURCES TECHNIQUES ET COMPORTEMENTALES POUR TRAVERSER AVEC SUCCES LES SITUATIONS SENSIBLES

#### PUBLIC CIBLE

Dirigeants, cadres dirigeants

#### DUREE

Une journée en groupe de 8 personnes maximum

Option : accompagnement personnalisé par téléphone : abonnement de 2 heures à utiliser au maximum 3 mois après le séminaire

#### OBJECTIFS

- Comprendre le fonctionnement et l'impact des médias, des réseaux sociaux, des relais d'opinion : **mesurer les risques en terme de réputation pour l'entreprise**
- Identifier les différents types de situations sensibles ou de crise, leurs principes et leurs cycles : **être réactif à bon escient.**
- Comprendre les origines, les mécanismes du stress et ses conséquences : **acquérir une méthode et des outils de régulation**
- Apprendre la mise à distance des évènements : **savoir gérer ses propres émotions.**

#### METHODE PEDAGOGIQUE

Alternance de contenus théoriques, d'exercices pratiques, et d'échanges entre les participants.

Document de synthèse transmis par courrier électronique à l'issue du séminaire.

#### RETOUR SUR INVESTISSEMENT

- **Crise et situation sensible**  
Capacité à mettre en place des procédures de veille ou d'anticipation  
Schéma de lecture différent de l'environnement immédiat  
Protection de la réputation de l'entreprise
- **Stress**  
Diminution du niveau de stress  
Maîtrise de certains automatismes négatifs  
Mise en place des comportements mieux adaptés aux situations d'urgence

#### TARIF ET MODALITES PRATIQUES

Nous consulter