

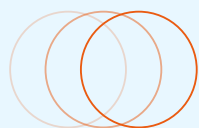
**LES TUTEURS**  
DE LA RÉSILIENCE PROFESSIONNELLE

PROGRAMME SOUTENU PAR

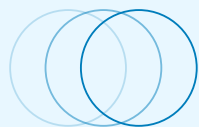


AG2R LA MONDIALE

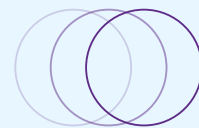
## UNE ACTION DE FORMATION POUR :



**COMPRENDRE LE PROCESSUS DE  
RÉSILIENCE ET SES ÉTAPES**



**IDENTIFIER ET MOBILISER LES RESSOURCES  
INDIVIDUELLES ET COLLECTIVES**



**ACQUERIR UNE POSTURE ADAPTÉE POUR  
SOUTENIR L'AUTRE DANS UN CADRE DE  
TRAVAIL**



## MODULE DE SENSIBILISATION

### LA RÉSILIENCE PROFESSIONNELLE : COMPRENDRE LA MIENNE & SOUTENIR LA NÔTRE

#### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Se repérer dans le processus de la résilience professionnelle
- Identifier les risques ayant un impact sur le professionnel
- Situer le périmètre de son action dans l'environnement de travail et ses leviers d'actions
- Développer une posture adaptée favorisant les soft-skills
- Soutenir le développement d'une culture collective

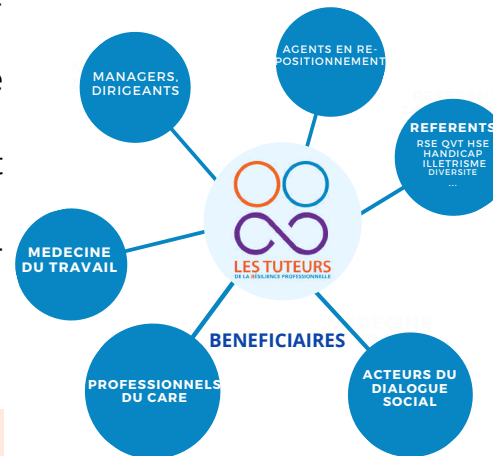
DECLOISONNER & METTRE EN RÉSEAU

LES DIFFÉRENTS ACTEURS DE LA RÉSILIENCE PROFESSIONNELLE  
POUR COUVRIR L'ENSEMBLE DES RISQUES ET DES BESOINS EN MATIÈRE  
DE VULNÉRABILITÉS ET SOUTENIR UNE PERFORMANCE DURABLE ET  
SOLIDAIRE

#### MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Alternance de méthodes expositive, interrogative et créative inspirées de l'approche narrative  
Support de formation, séquences d'apports théoriques, mises en situation, exercices individuels et collectifs

**FORMATEURS RÉFÉRENTS** Patricia ACENSI-FERRE et/ou Laurence JAMET



FORMATION INTRA : entre 6 & 12 stagiaires

#### CONTENU DE LA FORMATION

##### JOUR 1 # Mon cadre d'intervention en tant que tuteur

- Identifier le processus multifactoriel de résilience et ses étapes (facteurs de protection et de risque)
- Repérer les risques ayant un impact sur le professionnel
- Percevoir le rôle du collectif
- Repérer et nommer ses émotions
- Mener une analyse réflexive de ses expériences comme support de sa propre personnalité de tuteur

##### JOUR 2 # Agir en tant que tuteur

- Expérimenter l'accompagnement de la résilience
- Cartographier les dispositifs internes et les acteurs de la résilience professionnelle
- Accompagner la résilience et la valorisation des soft-skills
- Vérification de l'atteinte des objectifs
- Synthétisation des apprentissages

**DURÉE** 2 jours soit 14 heures (présentiel)  
+ 2 heures d'analyse de pratique  
à J+ 30 (en visio)

**PRÉREQUIS** Aucun

# LES TUTEURS DE LA RÉSILIENCE PROFESSIONNELLE

## L'EXPÉRIENCE LIDL BRETAGNE

COMMENT ÇA VA LE TRAVAIL ?

LA RÉSILIENCE VOUS CONNAISSEZ ?

TU AS L'AIR PRÉOCCUPÉ EN CE MOMENT, TU VEUX QU'ON EN PARLE ?



### TÉMOIGNAGE

“*Merci pour ces 2 jours de formation que je classe dans mon top 3 de ce qui se fait de mieux en la matière. Elle complète parfaitement toute notre politique de prévention des RPS déjà existante. Nos tuteurs sont repartis à bloc. Vivement les premiers retours d'expérience.*”

**Agy Rakotobe Andrianabela**  
Responsable Ressources Humaines  
Régional pour LIDL France

