

ADOPTER UN MINDSET POSITIF POUR MIEUX MANAGER EN PÉRIODE DE CRISE



OBJECTIFS

- Développer un état d'esprit résilient pour faire face aux situations de crise ou de forte pression
- Renforcer son leadership inspirant en s'appuyant sur la psychologie positive
- Transformer les défis en opportunités grâce à une approche orientée solutions
- Créer un climat de travail positif même en contexte stressant, pour soi et son équipe



PUBLIC

Risk manager, directeur / responsable des assurances, cadre et dirigeant, professionnel confronté à des environnements à haut risque ou à des situations de gestion de crise



PRÉREQUIS

Aucun



CONTENU

- Introduction à la psychologie positive appliquée au management de crise :
 - identifier et mobiliser ses forces personnelles pour une prise de décision critique
 - techniques pour cultiver la confiance en soi et en ses capacités managériales.
- Gérer les émotions en période de crise :
 - le rôle des émotions positives dans la performance et la résilience
 - outils pour maintenir un équilibre émotionnel sous pression
- Développer une mentalité de croissance (growth mindset)
 - stratégies pour voir les opportunités dans les défis
 - renforcer l'agilité mentale face à l'incertitude
- Manager avec un mindset positif en contexte difficile :
 - techniques pour inspirer et motiver son équipe malgré le stress
 - l'importance du feedback constructif et de la reconnaissance



POINTS FORTS

Cette formation permet d'intégrer les principes de la psychologie positive pour manager avec sérénité et efficacité en période de crise. Les participant(e)s apprendront à adopter une posture proactive face aux défis, à renforcer leur résilience et celle de leur équipe et à créer un environnement de travail collaboratif et motivant, même sous tension

Durée

1 jour – 7 heures

Niveau

Base

Tarif

743 € HT (adhérent AMRAE)

890 € HT (non adhérent)

Déjeuner offert

Dates

9 juillet 2026

7 octobre 2026

Lieu

Paris

en présentiel

Nombre de participants

15 personnes

Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Support de cours, apports théoriques, outils et techniques directement applicables au quotidien et partage d'expériences, études de cas spécifiques aux métiers des risques et assurance et retours d'expérience. Plan d'action personnalisé pour une meilleure gestion du stress au quotidien et test d'évaluation des acquis

Intervenant

Coach en entreprise et écrivain, diplômée de « Sciences of Happiness » Berkeley University