

IFF TR03

# MANAGEMENT ET QUALITE DE VIE AU TRAVAIL



## PUBLIC CIBLÉ

Superviseurs et encadrants conduite train.



## OBJECTIFS

Manager une équipe en prenant compte la qualité de vie au travail (QVT) des agents dans une logique de performance globale.



## PRÉREQUIS

Etre certifié à la conduite des trains.



**DURÉE: 2,5 JOURS**



## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodes actives et participatives, échanges sur les situations vécues, construction d'un plan d'actions individualisé.



## PROGRAMME

- ✓ Définir les concepts de la qualité de vie au travail et des interactions entre les différents facteurs d'exposition, ainsi que la notion de facteurs équilibrants.
- ✓ Appliquer la logique de performance globale (équilibre entre l'économique, le social et l'opérationnel).
- ✓ Mettre en œuvre les principes d'une démarche globale d'amélioration de la QVT.
- ✓ Réaliser un diagnostic avec les méthodes et outils qui le composent et comprendre les impacts des risques psychosociaux sur les individus.
- ✓ Déterminer les mécanismes de construction des personnalités et des motivations associées.
- ✓ Piloter les mécanismes cognitifs du stress, et comprendre les différents type de stress.
- ✓ Adopter les attitudes permettant une meilleure gestion des situations complexes.
- ✓ Connaître les faux-pas de communication à éviter et les attitude « apaisantes ».

• **Evaluation de niveau 2 :** Evaluation des capacités acquises en fin de formation ➔ **Oui**