

Gestion du stress et efficacité personnelle

Information
fournie par :
CARIF-OREF
Guadeloupe

Date de mise à jour : 01/03/2019 | Identifiant OffreInfo : 11_5789

Objectifs, programme, validation de la formation

Objectifs

Prévoir et identifier les facteurs de stress

Reconnaître les manifestations du stress

Mettre en place des stratégies pour la gestion des situations difficiles

Évaluer ses limites

Programme de la formation

Accueil - Information collective et individuelle

Positionnement - Intégration

Comprendre le mécanisme du stress et de l'agressivité

le renforcement du mental

Pour une démarche préventive

Savoir réagir en situation de stress et d'agressivité

Bilan de formation - Évaluation finale

Validation et sanction

-

Type de formation

Non certifiante

Niveau de sortie

Métiers visés

Code Rome

Durée, rythme, financement

Modalités pédagogiques

Durée

Conventionnement : Non

Financier(s)

Conditions d'accès

Public(s)

Tout public

Modalités de recrutement et d'admission

Niveau d'entrée : Information non communiquée

Conditions spécifiques et prérequis

-

Modalités d'accès

Lieu de réalisation de l'action

formation entièrement présentielle

Adresse

CONCEPT X FORMATION ABYMES

Morne Vergain - 18 Imm Soster

- Rue R.

97139 - Les Abymes

Responsable :

Téléphone fixe : 0590 85 30 30

Contactez l'organisme

Contacts

Contact sur la formation

Responsable :

Téléphone fixe :

fax :

Site web :

Contactez l'organisme

Contactez l'organisme formateur

CONCEPT X FORMATION

SIRET: 80265173700016

Responsable :

Téléphone fixe :

Site web :

Contactez l'organisme

Période prévisibles de déroulement des sessions

du 13/04/2020 au 15/04/2020

débutant le : 13/04/2020

Adresse d'inscription

Morne Vergain - 18 Imm Soster

- Rue R.

97139 - Les Abymes

Etat du recrutement : Information non disponible

Modalités : Entrées / Sorties à dates fixes

Organisme responsable

CONCEPT X FORMATION

SIRET : 80265173700016

Adresse

-

97100 - Basse-Terre

Téléphone fixe : 0590 86 49 93

Contactez l'organisme