

Comment retrouver sa motivation et gérer ses émotions en temps de crise ?

Public cible :

Personnels des services généraux



Dr. Pierre Filfli

Enseignant depuis 25 ans à l'Institut de Physiothérapie de l'Université Saint-Joseph. Il a occupé le poste de directeur de l'Institut de physiothérapie de l'Université Saint-Joseph. Formateur et consultant depuis 35 ans dans différents secteurs (public, privé et associatif), ainsi que dans les organisations internationales au Liban et ailleurs. Domaines de formation: Gestion, Leadership, Formation de formateurs, Communication et travail d'équipe, Planification stratégique, Education active. Formateur expert au Centre de Formation Professionnelle (CFP)



Vendredi 28 Janvier 2022
de 10h00 à 12h00



Langue : Français



Zoom plateforme



Lien d'inscription : [cliquer ici](#)

En ces temps difficiles, retrouver une motivation interne et gérer ses émotions au travail, n'est pas une compétence simple. Pourtant cette capacité à rester motivé et positif est nécessaire pour une productivité et un bien-être au travail. Cette session de formation met en relief le savoir-faire relationnel dans le domaine professionnel, façon de savoir comment se comporter, trouver la conduite appropriée, trouver des sources de motivation, c'est-à-dire adopter des comportements et attitudes bien étudiés dans une situation de crise.

Elle identifie les façons exactes pour adopter une approche positive en mettant en évidence ses effets bénéfiques.

Tout cela en ayant recours à un comportement assertif qui garantira le relationnel à long terme.

À la fin de la session, les participants seront capables de :

1. Identifier les sources de motivation intrinsèques et extrinsèques, en situation de crise
2. Identifier les caractéristiques d'une relation équilibrée dans la communauté universitaire
3. Adopter l'approche positive dans la communication professionnelle.
4. Bénéficier de l'assertivité en temps de crise
5. Identifier le lien entre motivation, bien-être, attitude positive et productivité