

# Module n°10 : Module 10 La gestion du stress et les émotions

## Contexte

---

*Le rôle d'encadrant en établissement de la FPH se complexifie dans un contexte marqué par des transformations qui impactent les établissements, ainsi que par des changements dans le rapport au travail et le sens qu'il revêt pour les collaborateurs et notamment les jeunes générations. De surcroît, les « modes » de travail évoluent avec l'introduction marquante de formats conjuguant le présentiel et le distanciel. A cela s'ajoute, pour les établissements, des difficultés de recrutement et de fidélisation. Le management peut ainsi constituer un levier essentiel pour impliquer, engager et stabiliser les équipes. Il apparaît donc fondamental que les encadrants puissent accompagner les changements, au niveau individuel et collectif. Ce parcours dédié aux encadrants vise à les accompagner afin qu'ils puissent assurer de manière efficiente leur mission, et soutenir l'engagement de chacun en équipe et individuellement.*

## Objectifs

---

- Favoriser chez les encadrants une meilleure gestion du stress et des émotions, pour eux-mêmes et leurs collaborateurs
- Comprendre le stress et son propre rapport au stress pour mieux y faire face
- Comprendre et reconnaître les émotions et ses émotions, ainsi que leur impact sur les autres
- Savoir mieux gérer et anticiper les situations complexes et anxiogènes
- Savoir anticiper et gérer les difficultés des collaborateurs confrontés au stress et aux émotions débordantes; et savoir adapter sa posture en conséquence

## Renseignements complémentaires

---

Contacts : Geneviève PONS (g.pons@anhf.fr) Manon JOUVE (m.jouve@anhf.fr)

**Public**

**Professionnels médicaux et non médicaux de la FPH en situation d'encadrement**

**Exercice**

**2025**

**Code de formation**

**MEP06**

**Nature**

**AFR**

**Organisé par**

**EN COURS D'ATTRIBUTION**

## Durée

**NON CONNUE A CE JOUR**

## Typologie

**Formation continue ou Développement des connaissances et des compétences**

## Date et lieu

### GRUPE 1

#### **Du 5 juin au 6 juin 2025**

Module 11 : Gestion des situations difficiles

Ramonville Saint Agne

#### **Le 30 juin 2025**

Module 11 : Gestion des situations difficiles

Ramonville Saint Agne

#### **Du 11 septembre au 12 septembre 2025**

Module 11 : Gestion des situations difficiles

Montpellier

#### **Le 10 octobre 2025**

Module 11 : Gestion des situations difficiles

Montpellier

### GRUPE 2

#### **Du 10 juin au 11 juin 2025**

Module 8 : Gérer son temps de manager et sa délégation

Ramonville Saint Agne

#### **Du 16 juin au 17 juin 2025**

Module 8 : Gérer son temps de manager et sa délégation

Montpellier

### GRUPE 3

#### **Du 22 septembre au 23 septembre 2025**

Module 3 : Gestion du temps de travail

Ramonville Saint Agne

#### **Du 7 octobre au 8 octobre 2025**

Module 3 : Gestion du temps de travail

Montpellier

#### **Le 7 novembre 2025**

Module 3 : Gestion du temps de travail

Montpellier

#### **Le 18 novembre 2025**

Module 3 : Gestion du temps de travail

Ramonville Saint Agne

### GRUPE 4

#### **Le 24 septembre 2025**

Module 7 : Conduire un entretien professionnel

Ramonville Saint Agne

#### **Le 16 octobre 2025**

Module 7 : Conduire un entretien professionnel

Montpellier

### GRUPE 5

#### **Du 18 novembre au 19 novembre 2025**

Module 6 : Conduite et gestion de projet

Montpellier

#### **Du 20 novembre au 21 novembre 2025**

Module 6 : Conduite et gestion de projet

Ramonville Saint Agne

#### **Le 2 décembre 2025**

Module 6 : Conduite et gestion de projet

Montpellier

**Le 3 décembre 2025**

Module 6 : Conduite et gestion de projet

Ramonville Saint Agne