

RH : un métier multi-casquettes

Prendre du recul en SuperVision



E.A.R.

École un autre regard

Renforcer mon équilibre
personnel pour faire face aux
injonctions diverses

Prendre de la hauteur pour
mieux accompagner les autres

Trouver des clés
pour gérer les
situations complexes



Distinguer la
fonction RH de
soi-même

Gagner en sérénité face
aux multi-casquettes RH

Une prise de recul sur mes pratiques RH

Pourquoi ?

- **Gagner en sérénité** et en flexibilité pour exercer mon métier
- **Trouver des solutions** et stratégies adaptées à mon contexte
- Mieux gérer les injonctions contradictoires, prendre de la hauteur pour **me préserver émotionnellement**
- Ajuster ma posture pour rester en harmonie avec qui je suis
- **Résoudre les difficultés relationnelles** prendre du recul sur des situations complexes
- Renforcer la confiance en moi, mieux **mobiliser mes ressources personnelles**
- Avoir un Autre Regard sur mes relations avec les différents interlocuteurs
- Identifier les situations récurrentes pour les éviter
- Prendre soin de mon écologie personnelle pour mieux accompagner les équipes
- Evoquer des cas difficiles pour poser mes valises et **ressortir plus léger**



Une bulle de ressourcement



E.A.R.

École un autre regard

Programme

- **Prendre soin de moi, prendre du recul** sur mon contexte RH : écouter mes besoins d'ajustements pour faire face à mon contexte professionnel et aux sollicitations multiples
- Identifier **des outils pour mieux co-construire les solutions**, repartir avec des clés du coaching intégratif (Corps-Cœur-Cerveau-créativité-Conscience)

Date, Lieu, Tarif

Une journée de ressourcement, de SuperVision intégrative

Date : 8 Avril / 13 Mai / 8 Sept 14H -17H

Groupe de 3 à 5 personnes

Atelier dans les locaux de l'école E.A.R. :

Montparnasse : 24 rue Texel, Paris 75014

Tarif : 350 € HT

Réserver :

Nathalie Lourdel, Directrice E.A.R.

ecole.autre.regard@gmail.com

06 63 01 91 87

