

## RÉAGIR FACE AU STRESS

Référence : DL225B	Durée :	Niveau : Bases	Modalités : E-Learning	Tarifs : Nous consulter
-----------------------	---------	-------------------	---------------------------	----------------------------

### LIEUX ET DATES :

Nous consulter

### OBJECTIFS

- Anticiper ou gérer les situations conflictuelles

#### **Information complémentaire :**

Module disponible dans l'**Université Digitale Ifpass** accessible par abonnement.

Pour plus de renseignement [cliquez ici !](#)

### POINTS FORTS

#### **Modalités pédagogiques :**

Une vidéo explicative permettant d'acquérir rapidement les éléments clés de l'assurance santé. Un quiz venant régulièrement valider la bonne acquisition des connaissances. Chaque séquence se clôt par les points clés indispensables à retenir.

#### **Formateur(s) :**

Cette formation est animée par un professionnel de l'assurance, formateur expert de l'Ifpass.

#### **Les plus de la formation :**

Que ce soit dans le cadre d'une relation managériale ou commerciale, certaines émotions peuvent prendre le dessus. Colère, stress ou encore peur face à un conflit font partie des émotions fréquemment rencontrées au travail.

Mais comment bien réagir lorsqu'on est en proie à l'une de ces émotions ? Vaut-il mieux la taire ou au contraire la laisser

s'exprimer ? Cette formation vous donne les clés pour rester maître de vos émotions en toute circonstance !

## PROGRAMME

B. Réagir face au stress

1. Apprendre à gérer son temps
2. Apprendre à bien respirer
3. Adopter un état d'esprit positif

### **Validation des acquis :**

**A l'issue du module de formation, un quiz est proposé, il faut recueillir au moins 80% de bonnes réponses pour valider le module de formation.**

Validation DDA

Pour répondre à l'obligation de formation continue des distributeurs d'assurance, cette formation doit être impérativement réalisée dans le cadre d'un plan de développement des compétences personnalisé du participant (article A512-8 2° du Code des assurances). Il relève in fine de la responsabilité de l'employeur de s'assurer de l'adéquation des formations avec les besoins des personnes concernées et, par là même, de la personnalisation des parcours de formation.

### **Personnalisation parcours :**

**Un questionnaire préparatoire sera remis en amont de la formation au participant lui permettant de faire remonter auprès du formateur ses attentes et besoins spécifiques.**

### **Fiche identité :**

Ce module de formation a été écrit et conçu en 2020. Il fait l'objet d'une actualisation annuelle. Il est la propriété d'Ifpass Services.

Il contient les éléments suivants :

1. 1 séquence vidéo
2. 1 fiche pratique "Pour aller plus loin"
3. 1 quiz final

## PUBLIC

Toute personne souhaitant bien gérer ses émotions dans des situations difficiles

**Pour les personnes en situation de handicap** souhaitant réaliser une formation e-learning :

Nous vous invitons à prendre contact avec notre référent handicap (Nadia Benakli - [nbenakli@ifpass.fr](mailto:nbenakli@ifpass.fr) - 01 47 76 58 35) afin de déterminer les formations accessibles.

## PRÉ-REQUIS

Pas de pré-requis.

### **Modalité d'accès :**

- Les demandes d'inscription se font par mail à [mo-inscriptions@ifpass.fr](mailto:mo-inscriptions@ifpass.fr)
- Toutes les démarches administratives et financières doivent être réglées avant le début de la formation. Veuillez noter qu'en cas de demande de financement à un organisme financeur, la démarche de prise en charge est à réaliser par le candidat ou l'entreprise et doivent être réalisées à l'avance

## TARIFS ET FINANCEMENTS

Exonérés de TVA

Module disponible dans l'Université Digitale Ifpass accessible par abonnement.  
Pour plus de renseignement contactez-nous !

## CONTACT

[mo-inscriptions@ifpass.fr](mailto:mo-inscriptions@ifpass.fr) / [01 47 76 58 70](tel:0147765870)

Généré le 30/06/2024 à 17:26