



LA FORMATION SUR LA RÉSILIENCE AMÉLIORE LE RENDEMENT SUR LE LIEU DE TRAVAIL

Dans un monde en constante évolution – de déstabilisantes à innovatrices – les personnes résilientes sont mieux préparées à faire face aux changements, aux défis et aux perturbations. Sur le marché du travail, cette compétence assure le succès. Sans elle, l'échec. La résilience est la capacité de rebondir en période d'adversité et de voir les défis comme des opportunités de croissance. Parce que nous travaillons dans un monde où le changement est constant et inévitable, les compétences en résilience deviennent de plus en plus cruciales.

POURQUOI LA RÉSILIENCE?



2 EMPLOYÉS SUR 3 déclarent que « le travail est une source importante de stress¹ »



des employés qui vivent un changement prévoient de chercher un nouvel emploi²

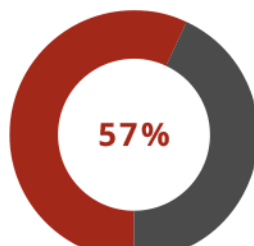
resteront chez leur employeur actuel après la formation sur la résilience

190 MILLIARDS USD : le coût annuel pour les entreprises américaines des problèmes liés au stress

211 MILLIARDS USD : le coût annuel pour les entreprises américaines des problèmes de santé mentale

450 MILLIARDS USD : le coût annuel pour les entreprises américaines du manque d'engagement du personnel

MAIS ENCORE SEULEMENT...



des programmes de bien-être incluent la gestion du stress...
QUE FONT LES 43 % RESTANTS POUR RÉGLER LE PROBLÈME ?

LA RÉSILIENCE EST AU CŒUR DE CES DÉFIS LIÉS AU LIEU DE TRAVAIL :



51% DES EMPLOYÉS ne sont pas productifs en raison du stress



70% DES OUVRIERS ne sont pas engagés ou sont activement désengagés



50% DES OUVRIERS déclarent ne pas savoir s'adapter au changement



33% DES DIRECTEURS recherchent un emploi ailleurs

LA FORMATION SUR LA RÉSILIENCE AMÉLIORE LES PROGRAMMES DE BIEN-ÊTRE

Des études montrent que " les initiatives et les programmes qui favorisent un milieu de travail résilient et mentalement sain ont produit des rendements importants sous la forme de coûts de soins de santé plus faibles, d'une productivité plus élevée, d'un taux d'absentéisme plus faible et d'une diminution du roulement de personnel." ³

DÉFINITION DE LA RÉSILIENCE :

- FLEXIBLE, ADAPTABLE AU CHANGEMENT
- TROUVER DES OPPORTUNITÉS DE CROISSANCE FACE AUX DÉFIS
- POUR REBONDIR ET ALLER DE L'AVANT
- ÉTAT D'ESPRIT DE CROISSANCE PAR RAPPORT À ÉTAT D'ESPRIT FIXE

VALEUR DE LA FORMATION SUR LA RÉSILIENCE

Une étude de 3 125 participants démontre le lien entre la résilience et les compétences professionnelles clés⁴



"DEPUIS QUE JE PARTICIPE AU PROGRAMME DE RÉSILIENCE, JE SUIS PLUS CAPABLE DE..."



RÉSULTATS DE LA FORMATION SUR LA RÉSILIENCE



des employés considèrent la formation très utile⁵

- Plus d'acceptation du changement
- Employés plus engagés
- Meilleure gestion des équipes
- Amélioration des ventes

"C'était une excellente formation. Elle nous a mis au défi d'approfondir nos vies et d'examiner les éléments déclencheurs qui nous faisaient ressentir une émotion. Nous avons appris à améliorer et à contrôler nos pensées pour avoir plus confiance en nos actions et développer la résilience."



LA RÉSILIENCE PEUT ÊTRE DÉVELOPPÉE

- La résilience peut être contagieuse et les dirigeants peuvent avoir une influence sur l'ensemble de l'organisation.
- Ces compétences peuvent être développées.
- Se concentrer sur une ou deux techniques seulement a un impact mesurable sur le rendement.

SOURCES: 1,2 - American Psychological Association, 2015, 2017 | 3 - PwC report via the Mentally Healthy Workplace Alliance, 2014 | 4 - TRACOM Group Multi-rater research studies, 2016, 2017, 2018 | 5 - Harris Poll for American Heart Association, 2017