

PROGRAMME DE FORMATION

CLASSE VIRTUELLE OU PRÉSENTIEL



QUAND LA PRESSION MONTE : GÉRER LE STRESS ET LES TENSIONS AU CABINET DENTAIRE !

Entre exigences cliniques, attentes des patients et coordination du travail en équipe, les journées au cabinet dentaire peuvent être intenses et solliciter fortement l'énergie mentale de chacun.

Cette formation propose des outils concrets, adaptés au quotidien du cabinet, pour **développer des réflexes relationnels et organisationnels** qui soutiennent à la fois la performance et la sérénité.

En s'appuyant notamment sur le Process Communication Model®, les participants apprennent à **mieux se connaître, à comprendre le fonctionnement** des autres et à **ajuster leur communication pour gagner en fluidité et en confort de travail**.



Votre formatrice : Docteur Emmanuelle Fauchille
Chirurgien-Dentiste et formatrice en performance durable



11 heures
En plusieurs modules



Classe virtuelle
ou Présentiel intra possible



4 à 8
participants



Chirurgien-Dentiste, assistante dentaire
& autres collaborateurs d'un cabinet dentaire

Coût et dispositif de prise en charge :

Tarif Inter Praticien : **1100€ TTC** | Tarif Inter Assistant(e) et autres collaborateurs : **660€ TTC**

Tarif Intra pour équipe d'un même cabinet : **Contactez-nous pour un devis personnalisé !**

Prise en charge financière possible OPCO

Contactez-nous pour un devis personnalisé : m.julien@alteri-premium.com

-20%
adhérents
**CLUB SANTÉ
PREMIUM**

Dates des prochaines sessions (au choix) et inscription :

SESSION 1 Mercredi 23 septembre, Mercredi 30 septembre, Mercredi 7 octobre et Mercredi 4 novembre 9h30-12h30

SESSION 2 Jeudi 5 novembre, Jeudi 12 novembre, Jeudi 19 novembre et Jeudi 7 décembre 14h30-17h30

Vous pouvez vous inscrire par e-mail : m.julien@alteripremium.com ou par téléphone 06.03.49.53.50

Alteri Premium s'engage à vous faire un retour dans les 48h après votre demande d'inscription.

Vous pouvez vous inscrire jusqu'à 7 jours avant le démarrage de la formation.

Alteri PREMIUM

Objectifs pédagogiques :

1

Reconnaître les réactions au stress et leurs signaux d'alerte en situation de forte charge de travail.

2

Repérer les tensions relationnelles avec les patients et les collègues.

3

Adapter sa communication pour préserver des échanges constructifs.

4

Mettre en place un plan d'action personnel pour maintenir un climat de travail serein.

Contenu de la formation :

MODULE 1 MIEUX SE CONNAÎTRE POUR PILOTER SON ÉNERGIE

🕒 3 HEURES

- » Identifier ses réactions au stress et ses signaux d'alerte.
- » Mieux comprendre ses besoins et ressources personnelles.
- » Réaliser un auto-diagnostic à partir de situations du cabinet.

MODULE 2 DÉSAMORCER LES TENSIONS AVEC LES PATIENTS ET L'ÉQUIPE

🕒 3 HEURES

- » Repérer les signes de tension dans les échanges (mots, ton, attitudes).
- » Comprendre les besoins derrière les comportements difficiles.
- » Utiliser des outils de communication simples pour apaiser les situations.
- » Gérer les situations sensibles du cabinet sans escalade.

MODULE 3 INSTALLER DES ROUTINES POUR DURER SANS S'ÉPUISER

🕒 3 HEURES

- » Faire la différence entre adaptation utile et sur-adaptation épuisante.
- » Préserver son énergie grâce à des routines simples (organisation, pauses, communication).
- » Mieux communiquer sous stress pour éviter les malentendus.
- » Élaborer un plan d'action personnel réaliste.

J+30 : Suivi collectif en visio (2 heures) : Retours d'expériences, ajustement des plans d'actions individuels et focus sur 1 ou 2 situations concrètes

En option : Envie d'aller plus loin ? Réalisez votre profil de personnalité Process Com® par votre formatrice certifiée !

MÉTHODE D'ÉVALUATION :

- Évaluation des compétences acquises via un questionnaire en ligne intégrant des mises en situation professionnelles.
- Certificat de réalisation à l'issue de la formation
- Questionnaire de satisfaction

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :

- Questionnaire d'autopositionnement
- Alternance d'apports théoriques, mises en pratique, échanges d'expériences, outils concrets
- Supports pédagogiques transmis entre les modules (fiches mémo, documents de préparation)
- Groupes de 4 à 8 participants max pour favoriser l'interaction et la personnalisation

Vous êtes en situation de handicap ?

Nous sommes à votre écoute, si vous êtes en situation de handicap, contactez-nous !