

Le silence au bureau : Et si on offrait une place au vécu ?

Ce que l'on vit, mais dont on ne parle pas

On nous parle de performance, de process et d'objectifs. Mais qui parle du vide laissé par ce collègue malade dont l'absence s'étire et pèse sur le quotidien ? Qui nomme l'inquiétude et la culpabilité face à cette collègue en burn-out dont on n'a plus aucune nouvelle ? Qui ose parler du deuil que constitue la perte d'un.e chef.fe ou d'un.e collègue qui nous inspirait ?

Identifier pour ne plus subir

Le monde du travail est une succession de **ruptures** et de **changements**. Entre les déménagements de bureaux, le turnover incessant qui délite les équipes et les **crises** de sens, vous traversez, en tant que collaborateur ou collaboratrice, des pertes réelles.

Ignorer ces étapes, c'est risquer l'épuisement. Les reconnaître, c'est se donner les moyens de rebondir.

Deux journées en présentiel et un cours en ligne de 5 leçons pour rouvrir la parole et nommer ce qui lie encore

À qui s'adresse cette formation ?

À vous, managers, conseillers.ères RH, responsables d'équipe, coachs, superviseur.es qui souhaitez accompagner vos équipes sans détourner le regard de ce qui se tait.



Au programme :

- **Développer une écoute réticulative¹** : Intégrer une structure pour partager l'invisible
- **Mettre des mots sur les pertes** : Identifier les deuils professionnels (missions, statuts, liens humains).
- **Comprendre l'impact des absences** : Métaboliser le contrecoup émotionnel lié à la maladie ou au départ de piliers de l'équipe.
- **Naviguer dans l'incertitude** : Analyser comment chaque aménagement ou transition structurelle impacte votre place et votre motivation.

Dates et coût

En présentiel, à Lausanne : 8 septembre et 5 décembre 2026

En ligne : 8 septembre et 1^{er} décembre 12h30-13h30

Le coût de la formation est de CHF 1'400.-

[Inscription](#)



Les saveurs d'un regard pluriel
Tél. 021 551 62 62 | www.synopia.ch

¹ L'écoute réticulative est une écoute dynamique permettant un flux d'histoires liées entre elles