

PÔLE PREPARATION CONCOURS



MEDIFORM

RÉUSSIR
ÇA SE PRÉPARE

PÔLE PREPARATION CONCOURS



FORMATION

GERER LE STRESS ET L'AGRESSIVITE DANS LE CADRE DE SA PROFESSION
2 Modules d'une durée de 7 heures.

LIEUX : FORMATION INTER & INTRA BOURGOGNE
PERSONNES CONCERNÉES ; TOUT PROFESSIONNEL DE SANTÉ.

Objectifs généraux de l'action de formation :

- Gérer le stress
- Gérer l'agressivité

A l'issue de la formation, l'étudiant a acquis les capacités préalables au développement des compétences suivantes :

Module 1 : Gérer le stress

- Comprendre les origines et les mécanismes psycho-physiologiques du stress
 - Définition de la notion de stress
 - Compréhension des processus biologiques et repérage des symptômes généraux
 - Repérage des situations de stress dans le travail
- Identifier les facteurs de stress
 - Connaissance des profils psychologiques et leur lien avec le stress
 - Connaissance des dangers du stress sur la santé
 - Reconnaissance et prévention des effets du stress
- Analyser son propre fonctionnement dans les situations difficiles au travail
 - Identification des freins
 - Connaissance et application des méthodes et outils permettant de contrôler son émotivité au travail et de gérer les situations difficiles
- Reprendre confiance en soi
 - Développement de la confiance en soi en changeant son regard sur soi, ses réussites et ses échecs
 - Contrôle de son émotivité

Module 2 : Gérer l'agressivité

- Définir les termes d'agressivité et de violence
 - Identification des représentations de l'agressivité, de la violence
 - Situation de ses comportements / attitudes en lien avec la thématique de l'agressivité / de la violence
 - Définition des termes d'agressivité, de violence, de prévention, de protection
- Comprendre les mécanismes de l'agressivité
 - Identification des différentes manifestations de l'agressivité
 - Connaissance du mécanisme des comportements agressifs
 - Connaissance des facteurs déclencheurs de l'agressivité en fonction des situations et des publics
 - Identification des différents types d'agressivité ou de violence en lien avec certaines pathologies
- Faire face à un interlocuteur agressif
 - Définition des modes de communication, des attitudes personnelles et collectives des professionnels intervenant
 - Utilisation des stratégies d'intervention
 - Décodage et prévention des comportements problématiques
 - Désamorçage de la colère pour éviter l'escalade
 - Utilisation des dispositifs internes (l'équipe, les moyens de contention, etc.) en identifiant ses éventuelles limites
 - Apport d'une réponse aux besoins du sujet agressif