



La gestion du stress : les soignants face à l'agressivité

INTRA

Prérequis	Infirmier, aide-soignant, AMP, AVS, éducateur spécialisé, psychologue, cadre de santé.
Compétences visées	Développer une posture professionnelle permettant de désamorcer les situations conflictuelles. Gérer et vaincre le stress émotionnel.
Aptitudes	Savoir communiquer avec l'autre de manière claire et positive. Savoir identifier les symptômes relevant du stress et mettre en place les bons réflexes pour combattre le stress émotionnel.

Objectifs

Définition la notion de stress et d'agressivité

Identifier et réfléchir à des stratégies d'adaptation face au stress

Repérer les postulats de départ en communication et leur influence sur le stress

Apprendre à gérer ses émotions pour communiquer de manière adaptée

Contenus

- ▶ Qu'est-ce que le stress ? Comment se manifeste-t-il ? Quelles sont ses conséquences ?
- ▶ Les personnalités prédisposées au stress.
- ▶ Moi et le stress.
- ▶ Qu'est-ce que la maîtrise de soi ? Comment la développer ?
- ▶ La typologie des stressés et agresseurs : verbaux, physiques, spectaculaires, hystériques, paranoïaques, dépressifs.
- ▶ Différence entre message adressé à l'autre et celui qu'il a effectivement reçu.
- ▶ Congruence et clarté du message : Action, Pensée, Emotion.
- ▶ Utilisation des moyens verbaux et non-verbaux pour apaiser une relation.



Durée - Horaires

3 jours (Programmation toute l'année)
9h-12h30 / 13h30-17h



Encadrement

Professionnel·le diplômé·e d'Etat et/ou ayant obtenu un titre universitaire dans le domaine de la santé



Méthodes mobilisées

Formation en Présentiel, observation, mise en œuvre, travaux de groupe



Modalités d'évaluation

Evaluation en début et fin de formation (QCM, Quizz auto-évaluation)



Suivi de la formation

Feuille d'émargement signée par les stagiaires chaque demi-journée, Certificat de réalisation nominatif délivré à l'établissement en fin de formation



Coût de la formation

Demandez votre devis



Votre contact

Service Formation
04 78 47 55 60
esford@esford.fr
Esford.org