



adhénia formation

6 Bvd SALTGOURDE
PARC TERTIAIRE DU GOLF
24430 MARSAC SUR L'ISLE
T. 05 53 45 85 70
www.adhenia-formation.fr



FORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

- Accompagnement au changement
- Augmenter son efficacité professionnelle
- Communiquer avec aisance en situation difficile
- Développer la confiance et l'estime de soi
- Développer sa mémoire
- Développer son aisance relationnelle et sa capacité à mieux communiquer
- Gérer la violence en milieu médical
- Gérer la violence et l'agressivité dans le secteur Public
- Gérer ses émotions
- Etablir une communication et des relations positives
- La communication bienveillante
- La gestion du stress
- L'accompagnement à la gestion du stress
- Mieux communiquer avec la PNL
- Optimiser ses ressources et s'affirmer
- Préparer sa retraite
- Savoir concilier vie privée et vie professionnelle
- Se connaître pour mieux communiquer
- S'initier aux outils de communication

PROGRAMME DE FORMATION DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

▲ Gestion des conflits et de l'agressivité

Durée : 2 jours soit 14 heures

Objectifs

- Connaître et mieux comprendre les comportements violents des personnes accueillies.
- Échanger et analyser les différentes situations et facteurs favorisant la violence.
- Acquérir et valider individuellement et en équipe les outils concrets, pragmatiques mesurés et mesurables pour une meilleure maîtrise des situations difficiles.
- Comprendre et de s'appuyer sur les ressources institutionnelles en matière d'aide et de protection des personnels.
- Prendre en compte le contexte professionnel de chacun.
- Identifier et mieux comprendre les comportements spécifiques des usagers.
- Rédiger un support pédagogique pour animer les formations.
- Savoir développer une écoute active et construire une attitude de communication et de coopération.

Participant

Toute personne souhaitant améliorer ses relations professionnelles dans le secteur public et privé.

Méthodes et supports pédagogiques

Alternance d'analyses, d'apports (outils, méthodes, comportements), d'analyses et de débats dirigés.
L'intégration de ces apports est vérifiée dans le cadre d'exercices, tests, mises en

PROGRAMME DÉTAILLÉ

1. MIEUX SE CONNAITRE ET MIEUX CONNAITRE LES AUTRES POUR FAIRE FACE

- | Psychologie personnelle et psychologie des interlocuteurs
- | Le handicap et la pathologie comme facteur de la violence
- | Repérage des discordances et moyens pour s'adapter aux situations difficiles
- | Repérage de ses points forts et faibles
- | Nos processus dans les situations tendues
- | Des outils face aux situations difficiles (notions de CNV)
- | Savoir dire stop/non

2. FAIRE FACE A L'AGRESSIVITE ET A LA VIOLENCE

- | Etude des champs personnels et relationnels dans les situations agressives et de violence
- | Mieux comprendre l'agressivité et la violence pour mieux la contrôler
- | Les causes de la violence
- | La notion d'urgence, d'importance et de gravité d'une situation
- | Eviter les mécanismes qui se développent en réaction
- | Notions de distances de sécurité, travail sur la notion d'évitement, positions et gestuelles
- | Travail sur l'environnement auto protecteur, et les codes d'action
- | Mieux dire stop ...
- | Techniques d'affirmation de soi



adhénia formation

6 Bvd SALTGOURDE
PARC TERTIAIRE DU GOLF
24430 MARSAC SUR L'ISLE
T. 05 53 45 85 70
www.adhenia-formation.fr



3. SE MAÎTRISER DANS LES SITUATIONS DE TENSION

- | Mieux gérer ses émotions dans une situation difficile
- | Moyens pour se ressourcer après une séquence professionnelle fatigante
- | Techniques de respiration, relaxation assise pour garder son self control
- | Affirmation de soi pour traiter les problèmes avec professionnalisme jusqu'à la conclusion

4. LA GESTION DE LA VIOLENCE EN EQUIPE

- | Mise en situation de tableau systémique de la menace réelle
 - | Analyse de la situation en faveur de l'apaisement
 - | Les possibilités de protection
 - | Les conditions favorables
 - | Les effets limitant
 - | La gestion du temps
-