

ORGANISME DE FORMATION – CABINET DE CONSEIL



LE STRESS NIVEAU 2 : MIEUX APPRÉHENDER LES CONFLITS ET LE STRESS VIS À VIS DES PATIENTS

Objectifs :

- Se connaître soi-même pour appréhender ce que le patient peut vivre.
- Repérer les situations favorisant les conflits et le stress.
- Définition du stress.
- Acquérir les connaissances théoriques de la communication et de la gestion des conflits.
- Savoir se ressourcer dans l'optique de s'épanouir personnellement et professionnellement

PUBLIC / PREREQUIS

Personnel soignant et administratif des établissements de santé

DEROULEMENT / LIEU DE FORMATION

Durée : 14 heures soit 2 jours

Lieu : Locaux du client ou dans nos locaux

Nombre de participants : 4 à 12 participants

PEDAGOGIE

Méthodes pédagogiques :

Formation action, d'apports théoriques, d'ateliers d'entraînement en sous-groupes sur les outils proposés
- D'échanges réguliers entre participants et avec le formateur et coaching de groupe.
- De démonstrations courtes effectuées par le formateur.

EVALUATION

Formative : Une attestation de compétence sera délivrée au candidat qui a participé activement à l'ensemble de la formation.

PROGRAMME DE FORMATION

- Repérer les situations conflictuelles et stressantes.

LA THÉORIE DU STRESS :

- Définition des différents ressentis : stress, angoisse, fatigue...
- Les facteurs de stress : les événements potentiellement choquant, l'hypo ou l'hyperstimulation, l'accumulation, l'environnement...

LA THÉORIE DE LA COMMUNICATION :

- Les bases de la communication et le cadre de référence de chacun.
- Développer sa capacité d'ouverture.

LA GESTION DES CONFLITS :

- Définition, les facteurs de conflits.
- Différentes possibilités pour avancer et solutionner les conflits.

LES OUTILS D'ADAPTATION AUX CONFLITS ET AU STRESS :

- L'hygiène de vie.
- Maîtrise de soi : repérage des points faibles et des points forts.
- Connaître ses limites.
- Les émotions : joie, peur, tristesse, colère.
- Notion de saine agressivité et d'agressivité destructrice : la violence.
- Le soignant face à sa propre violence et ses limites de l'acceptable et de l'inacceptable.

ETUDE DE CAS CONCRETS