

FORMATION REPÉRER LA DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE DES PROFESSIONNELS

OBJECTIFS

- Identifier les signaux de mal-être et de souffrance psychologique chez les professionnels
- Savoir agir précocement et orienter vers les ressources adaptées

PROGRAMME

COMPRENDRE LES MÉCANISMES DE DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE AU TRAVAIL

- Stress chronique, surcharge émotionnelle, perte de sens, isolement professionnel, pression éthique ou morale
 - Travaux pratiques : étude de profils à risque et analyse de témoignages

REPÉRER LES SIGNES VISIBLES ET INVISIBLES DE MAL-ÊTRE

- Modifications de comportement, signaux verbaux et non verbaux, désengagement progressif
 - Travaux pratiques : grille d'observation et mise en situation

AGIR EN TANT QUE COLLÈGUE, ENCADRANT OU RÉFÉRENT

- Écoute active, posture bienveillante, rôle de relais, mobilisation des dispositifs internes ou externes
 - Étude de cas : élaboration d'un protocole d'alerte adapté à sa structure

METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Études de cas, mises en situation,
- Outils d'auto-évaluation,
- Création d'un protocole et échanges d'expérience en sous-groupes



PUBLIC

Tous professionnels en ESMS, encadrants, RH, référents bien-être ou prévention



PRÉ-REQUIS

Aucun



DURÉE ET PARTICIPANTS

1 jour (7 heures)



VALIDATION

Remise d'une attestation individuelle de formation



04 76 55 60 38
06 50 80 31 16
06 48 08 86 08



alpesformations.fr



contact@alpesformations.fr