



Détecter la souffrance au travail et assurer une écoute de premier niveau

Public concerné

Managers, SST, Responsables RH,
Représentants du Personnel, Médecins du
Travail, Infirmiers, Personnes de confiance

Pré-requis

Volontariat

Durée et lieu

2 jours (14 heures) à Strasbourg

Tarif

Inter : 620,00 € HT par participant
Intra : 2 200,00 € HT par session

Objectifs de la formation

- Connaître et repérer les indicateurs de la souffrance au travail
- Savoir accueillir une personne en souffrance et assurer une écoute de premier niveau
- Se préserver en évitant la contagion émotionnelle

Programme de la formation

Les signaux de souffrance peuvent être multiples et varier d'une personne à l'autre : il s'agit de les détecter avant que la situation ne s'aggrave. Assurer une écoute de premier niveau peut, dans certains cas, s'avérer suffisant pour désamorcer une situation bloquée. Dans d'autres, cette première prise de contact sert de relais vers d'autres personnes-ressources.

- 1. Connaître les basiques du bien-être au travail**
 - Les composantes d'un équilibre positif entre facteurs de risque et facteurs de protection
- 2. Savoir détecter les indicateurs de la souffrance au travail**
 - Les risques psychosociaux et le rôle du soutien social
 - Les signaux forts et les signaux faibles de la souffrance au travail (dépression, burn-out, stress post-traumatique...)
- 3. Connaître et mettre en œuvre les techniques d'entretien du primo-écoutant**
 - L'attitude à adopter : la bonne distance, la bonne attitude
 - Le plan d'entretien de soutien BECSA
- 4. Savoir se protéger**
 - La prévention de la contagion émotionnelle
 - Les différentes formes d'empathie
 - La gestion du stress et des émotions

Méthodes pédagogiques

Alternance d'exposés théoriques et d'exercices de mise en application

Formation animée par

Isabelle HORNECKER, psychologue du travail, formatrice à la prévention des RPS certifiée par INRS Paris, IPRP (Intervenant en Prévention des Risques Professionnels)
Dr Caroline ROESER, psychiatre, instructrice de pleine conscience