Résidences Boussac
Ensemble partageons la vie

# FORMATION

## DÉTECTER LES PREMIERS SIGNAUX DE LA SOUFFRANCE AU TRAVAIL ET RÉAGIR

## CONTACT INSCRIPTION


03 29 35 34 68

11 rue Aristide Briand 88000 Epinal

a.saidi@residences-boussac.fr

www.residences-boussac.fr


## MODALITÉS

### DURÉE

7 heures sur 1 journée
100% présentiel à Epinal

### DATES ET DÉLAI D'ACCÈS

16 octobre 2025
Inscription jusqu'à 15 jours avant le démarrage de la formation

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exposés
- Etudes de cas
- Jeux de rôle en petits groupes

## TARIF

- 160 € Net de Taxes par personne

## PUBLIC/PRÉREQUIS

- Infirmier, aide-soignant, AES, AMP, ASH et auxilière de vie
- Pas de prérequis

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

### EXÉCUTION DE L'ACTION

Feuilles d'émargement par demi-journées + certificat de réalisation

### ÉVALUATION EN COURS DE FORMATION

Observations lors des cas pratiques + grille d'évaluation

## OBJECTIFS

- Détecter les signaux des 4 principales formes de souffrance émotionnelle selon l'Approche Neurocognitive et Comportementale (ANC)
- Réagir en première intention face aux comportements traduisant une souffrance au travail
- Analyser ses pratiques et prévenir le risque en entreprise

## CONTENU

### SÉQUENCE 1

**Détecter les signaux de la souffrance émotionnelle selon l'ANC**

- Les 4 pilotes selon l'ANC
- La naissance du stress (aigu ou chronique)
- Les conséquences du stress au travail sur la santé (INRS)
- Emotions, pensées et comportements

*Exercice :: par petits groupes, identifier les signes comportementaux d'une souffrance liée au stress:*

### SÉQUENCE 2

**Réagir en première intention face à la souffrance**

- Les comportements à éviter
- Les comportements à privilégier

*Exercice :: par petits groupes, jeu de rôle. Simuler la souffrance au travail et identifier une réaction adéquate en situation*

### SÉQUENCE 3

**Analyse des pratiques et prévenir le risque en entreprise**

- Le stress et la souffrance sont contagieux !
- La prise en charge officielle de la souffrance au travail
- Retour sur des situations vécues et analyse des pratiques

*Exercice :: par petits groupes, proposer des actions concrètes pour limiter les risques et organiser la prise en charge*

## ACCESSIBILITÉ

### PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Dès l'inscription, nous prenons en compte la situation de handicap du stagiaire, si celle-ci est mentionnée. Nous étudierons avec lui les aménagements qui pourront être apportés.

## INTERVENANTS

### FORMATEUR : PHILIPPE ANDREOLI

Pair aidant stress et troubles anxieux

- Formé à l'ANC
- Formé aux premiers secours en santé mentale