

Objectifs pédagogiques

Décrypter les mécanismes du stress post-traumatique
Identifier les salariés à risque ou en souffrance
Définir un plan d'action d'urgence pour aider les salariés et assurer un suivi post-confinement

Public

RH, Managers, Dirigeants...

Prérequis

Aucun

Durée

1 journée soit 7 heures

Modalités pédagogiques

Formation disponible en présentiel ou en distanciel.
Formatrice experte en prévention et gestion du stress post traumatique.
Méthode active et participative.
Alternance d'apports théoriques, de présentation d'outils.
Autodiagnostic et co-construction de solutions.
Approche basée sur l'expérience des participants.

Moyens et supports pédagogiques

Support de cours numérique et attestation de formation remis en fin de formation.

Modalités d'évaluation et de suivi

Mises en situation pratiques tout au long de la formation pour favoriser l'appropriation des concepts et outils abordés.
Mémorisation des points essentiels de la formation avec des synthèses proposées régulièrement par l'intervenant.
Évaluation des acquis via un quiz des connaissances en fin de session.

- **Définir le stress post-traumatique**
 - Que signifie le trouble de stress post-traumatique ?
 - Quels sont les symptômes repérables ? Des profils plus à risque ?
 - Quels évènements déclencheurs ?
- **Repérer les risques d'émergence du SPT, en période de crise et dans la suite (confinement et déconfinement, chômage partiel, espaces aménagés...)**
- **Identifier les impacts psychologiques envisageables sur la santé mentale et physique des collaborateurs, aux plans individuel et collectif**
 - Raisonner en termes de RPS
 - Anticiper les symptômes et les cartographier pour être vigilant
 - Sensibiliser à la notion de temps et de crainte de répétition
 - Savoir questionner, observer, ressentir...
- **Prévoir un plan d'action en urgence pour repérer et accompagner les salariés fragilisés**
 - Repérer les personnes à risque et proposer un accompagnement individualisé
 - Identifier et créer un réseau de personnes spécialisées dans ce type d'accompagnement
 - Se rapprocher de structures ad hoc (fédérations professionnelles regroupant des accompagnants)
 - Anticiper et accompagner le retour au travail et le suivi sur court, moyen, long terme