

## Informations détaillées de la formation

# Aborder les crises au mieux pour les traverser - 2 jours -

### Sommaire

Informations détaillées de la formation.....	1
Présentation de LAURIANE Formations.....	2
Programme détaillé .....	3

**Référence de la formation** : 8.1-GC-2021

**Prestataire et contact** :

**LAURIANE Formations**

N° SIRET : 51188120300034

N° déclaration d'activité : 43390106539

Adresse postale :  
495 chemin de la Gabelle  
Closerie Marina B  
06220 Golfe Juan

Adresse du siège social :  
5 rue du Lavoir  
39700 SALANS

Site internet : [www.lauriane-formations.com](http://www.lauriane-formations.com)

Adresse e-mail : [f.monier@lauriane-formations.com](mailto:f.monier@lauriane-formations.com)

Téléphone : 06.47.81.34.28

## Présentation de LAURIANE Formations

### Raison d'être et objectifs

LAURIANE Formations est un organisme de formation spécialisé et orienté sur les questions du bien-être au travail et de la coopération.

Notre objectif est de permettre aux institutions, organisations et entreprises de fonctionner de façon pérenne en améliorant la qualité de vie au travail, en particulier les relations interpersonnelles, à tous niveaux.

### Offre de formation

Notre offre est centrée sur des modules de formation destinés à la prévention de l'épuisement professionnel et au développement de la bientraitance et de la coopération. Pour cela, nous proposons des modules spécifiques à certains secteurs : établissements d'accueil et de soins, EHPAD, petite enfance, et pour différentes catégories de personnel : cadres, équipes de jour, équipes de nuit, soignants et non soignants.

### Une expertise

Les formateurs de LAURIANE Formations sont spécialistes non seulement des thèmes présentés, mais également, de par leur expérience professionnelle, des publics auxquels les formations s'adressent.

Nous sommes référencés sur Datadock



## Programme détaillé

Intitulé	<b>ABORDER LES CRISES AU MIEUX POUR LES TRAVERSER</b>
<b>Type de formation</b>	Formation intra-établissement
<b>Mots clés</b>	<i>Situations de crise, Prévention, Gestion du stress et des émotions, Méditation de pleine conscience, Communication, Coopération</i>
<b>Durée et horaires</b>	2 journées, soit 14 h Généralement de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h
<b>Lieu et déroulement</b>	Formation dans les locaux de l'établissement bénéficiaire Au format : 2 jours consécutifs ou avec intersession de 3 à 5 semaines
<b>Public</b>	Equipes pluri-professionnelles des établissements de soins et des établissements d'accueil de personnes : médecins, IDE, AS, ASH, psychologues, cadres, AMP, éducateurs spécialisés, moniteurs éducateurs, AES, etc. Jusqu'à 12 personnes
<b>Prérequis</b>	Pas de prérequis
<b>Modalités d'accès à la formation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Faire partie de l'équipe pluri-professionnelle de l'établissement</li> <li>➤ Etre volontaire pour participer</li> </ul>
<b>Délais</b>	Prévoir un mois minimum pour l'organisation de la formation
<b>Accessibilité handicap</b>	Nos séquences pédagogiques sont accessibles aux personnes en situation de handicap, moyennant parfois quelques aménagements (nous en informer lors de la commande de la formation). Pour l'accessibilité physique, nos formations se faisant en intra, il est du ressort du client de garantir cette accessibilité.
<b>Tarif</b>	<b>1250 €</b> par journée de formation, soit 2500 € pour l'ensemble du module  Le prix de journée comprend : la conception, la préparation et la réalisation de l'action de formation, les supports remis au stagiaires, la rédaction du compte rendu de formation, la coordination pédagogique et la gestion administrative de l'action de formation, ainsi que tous les frais annexes (déplacements, etc.) Nous facturons exonéré de T.V.A. selon l'article 261.4.4 du CGI

Intitulé	<b>ABORDER LES CRISES AU MIEUX POUR LES TRAVERSER</b>
<p><b>Objectifs opérationnels et Compétences développées</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Connaître les éléments principaux caractéristiques des crises</li> <li>➤ Comprendre et analyser les situations de crise</li> <li>➤ Gérer son stress et ses émotions au travail et en situation de crise</li> <li>➤ S'adapter et réagir en équipe</li> <li>➤ Acquérir une plus grande sérénité face aux situations difficiles</li> </ul>
<p><b>Programme détaillé par demi-journée</b></p>	<p>1<sup>ère</sup> demi-journée : <b>Généralités sur les crises et gestion personnelle des situations de crise</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Il y aura d'autres crises</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Historique des situations de crise</li> <li>1.2. Eléments sociologiques, économiques, climatiques, etc.</li> <li>1.3. Eléments de prospective : un avenir incertain</li> </ol> </li> <li><b>2. Gestion personnelle des situations de crise, de court et moyen-terme</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Mécanismes de défense adaptés et non adaptés à la gestion de crise</li> <li>2.2. Chocs et processus de deuil</li> <li>2.3. Comment aider les autres et s'aider soi-même pour traverser la crise</li> </ol> </li> </ol> <p>2<sup>ème</sup> demi-journée : <b>Gestion des émotions et gestion collective</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Gestion des émotions</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Contagion de la peur</li> <li>1.2. Gérer ses émotions par la cohérence psychophysiologique</li> <li>1.3. Savoir se centrer sur ses objectifs et ses valeurs</li> <li>1.4. Mécanismes et conséquences des pics de stress</li> </ol> </li> <li><b>2. Gestion collective</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.4. Favoriser une bonne dynamique d'équipe (ne pas tomber dans le rapport de force)</li> <li>2.5. Comprendre les différentes opinions, les accepter et savoir les inclure</li> </ol> </li> </ol> <p style="text-align: center;"><i>Intersession de 3 à 5 semaines</i></p> <p>3<sup>ème</sup> demi-journée : <b>Faire face à la crise</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Faire face individuellement</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Etude de cas : la crise du Covid-19 à l'hôpital dans l'Est</li> <li>1.2. S'informer correctement et de manière utile</li> <li>1.3. Initiation à la pratique méditative</li> <li>1.4. Comprendre les différentes lignes de forces sous-jacentes des opinions contradictoires</li> <li>1.5. Application dans l'actualité</li> </ol> </li> </ol> <p>4<sup>ème</sup> demi-journée : <b>Gérer collectivement les crises</b></p>

	<p><b>2. Réagir en équipe</b></p> <p>2.1. Les différentes phases de la crise et leurs enjeux spécifiques</p> <p>2.2. Les différentes impasses et stratégies collectives</p> <p>2.3. Adhérer à un processus : décision, action, feedback</p> <p>2.4. Adapter sa communication</p> <p>Conclusion : gérer les peurs</p>
<b>Méthodes pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Apports théoriques et analyse des pratiques</li> <li>➤ Pratique de gestion du stress avec logiciel de feedback</li> <li>➤ Apports théoriques à partir de situations vécues par les stagiaires</li> <li>➤ Analyse de l'expérience acquise « COVID-19 »</li> <li>➤ Exercice de méditation</li> <li>➤ Etudes de cas</li> <li>➤ Analyse de séquences vidéo</li> <li>➤ Exercices et observations à réaliser sur le terrain (intersession), retour et analyse d'expériences</li> </ul>
<b>Moyens pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Diaporamas</li> <li>➤ Documents pédagogiques</li> <li>➤ Vidéos</li> </ul>
<b>Moyens techniques</b>	<p>Mise à disposition par l'établissement :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Salle de formation équipée d'un vidéoprojecteur</li> <li>➤ Organisation des temps de repas</li> </ul>
<b>Encadrement</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Franck MONIER, <b>formateur spécialisé</b> des établissements d'accueil et de soins, formateur en gestion du stress et en communication en milieu professionnel</li> </ul> <p>Diplômé de l'École Normale Supérieure de Lyon</p>
<b>Modalités d'évaluation et de suivi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Feuilles d'émargement par ½ journées</li> <li>➤ Questionnaire d'évaluation des connaissances et des pratiques en début de formation</li> <li>➤ Questionnaire d'évaluation des acquis de la formation en fin de formation</li> <li>➤ Quiz d'auto-évaluation des objectifs intermédiaires</li> <li>➤ Questionnaire de satisfaction "à chaud" des stagiaires en fin de formation</li> <li>➤ Débriefing collectif</li> <li>➤ Bilan de la formation envoyé aux commanditaires</li> </ul> <p><i>Ces documents seront remis au commanditaire à l'issue de la formation.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Bilan "à froid" sous forme de questionnaires envoyés au commanditaire et aux stagiaires 4 semaines suivant la formation</li> <li>➤ Si souhaité, quelques semaines après la formation, entretien téléphonique avec le chef de service et/ou responsable formation</li> </ul>
<b>Points forts de la formation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Formation d'actualité qui apporte aussi bien une vue d'ensemble des crises que des outils opérationnels.</li> </ul>