

## FICHE 13. GERER UNE SITUATION DE CRISE

 **DURÉE CONSEILLÉE** : une journée

 **PRIX** : nous consulter

 **PRÉREQUIS (CONNAISSANCES)** : Aucun

 **POUR QUI ?** : Manager, RH, direction, membre CSSCT, CSE et tout acteur en charge de la prévention des risques psychosociaux

Nous vous invitons à nous communiquer toutes spécificités individuelles (par exemple un handicap ou situation de handicap) pouvant nécessiter une adaptation de la formation.

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES GENERAUX DE LA FORMATION

- COMPRENDRE ET DÉFINIR LES SITUATIONS DE CRISE
- POUVOIR FAIRE FACE À DES SITUATIONS SENSIBLES DE MAL-ÊTRE
- IDENTIFIER SES AXES DE VIGILANCE DANS SA POSTURE ET SA GESTION ÉMOTIONNELLE
- POUVOIR FAIRE RESSORTIR DE CHAQUE SITUATION UNE AMÉLIORATION DE LA PRÉVENTION EFFECTIVE

Les objectifs pédagogiques opérationnels sont détaillés dans le programme par module.

## PROGRAMME (ADAPTABLE SUR MESURE SELON VOS ENJEUX ET BESOINS\*)

## AVANT :

Autodiagnostic, recueil des attentes préliminaires et documents de préparation multiformats (exemples : vidéos, infographies, ...).

## PENDANT :

## MODULE 1 : IDENTIFIER ET COMPRENDRE LES SITUATIONS DE CRISE

- Définir une situation de crise et les risques psychosociaux
- Identifier les enjeux humain et organisationnel
- Identifier les signaux forts de vigilance
- Définir le stress, l'anxiété, le Burn out et la dépression
- Comprendre la notion de violence au travail : harcèlement sexuel, agissements sexistes, agressions sexuelles, harcèlement moral.

 **Activité** : Quiz interactif

## MODULE 2 : FAIRE FACE A LA SITUATION SENSIBLE

- Identifier et s'appuyer sur les ressources internes (acteurs et moyens de prévention)
- Comprendre l'importance de ne pas rester seul
- Pouvoir discerner les situations sensibles et d'urgence
- Identifier les situations sensibles individuelles (focus sur l'entretien)
- Comprendre l'importance des messages verbaux liés à la mort ou au suicide

 **Activité** : Mise en situation d'entretien avec une personne en mal-être

**\*PARLONS ENSEMBLE DE VOTRE PROJET, CONTACTEZ-NOUS :**

PAR EMAIL :   
[CONTACT@EKILIBRE-CONSEIL.COM](mailto:CONTACT@EKILIBRE-CONSEIL.COM)

PAR TÉLÉPHONE :   
**01.53.45.54.21**

VIA NOTRE SITE INTERNET :   
<https://ekilibre-conseil.com/>

### MODULE 3 : LA GESTION ÉMOTIONNELLE DANS LES SITUATIONS DE CRISE

- Comprendre ce qu'est la gestion du stress et des émotions
- Savoir prendre du recul face à la situation de crise
- Identifier ses forces et axes de vigilance dans sa posture
- Connaître des outils et méthodes de gestion du stress



**Activité** : Autodiagnostic de ses forces et axes de vigilance

### MODULE 4 : CONSTRUIRE UN PLAN D'ACTION ET AMÉLIORER LA PRÉVENTION

- Savoir définir un plan global et constituer un groupe de pilotage
- Pouvoir impliquer les acteurs clés
- Savoir renforcer ou créer des éléments d'évaluation et de suivi
- Pouvoir faire émerger de nouvelles actions préventives ou correctives
- Comprendre l'importance de communiquer (le pendant et l'après)



**Activité** : Appropriation d'outils d'aide à la formalisation d'un plan d'action efficient

### APRÈS :

Accès privilégié à l'espace Ekilibre Académie pour consulter vos documents à remplir, les supports de formation et notre section « pour aller plus loin » pour approfondir vos connaissances.

#### EVALUATION ET ATTESTATION DE LA FORMATION :

- ✓ Evaluation des acquis (Test QCM, cas pratique, mise en situation, étude de cas)
- ✓ Evaluation de la satisfaction à chaud (questionnaire individuel et note de synthèse pour le groupe)
- ✓ En option : Evaluation à froid
- ✓ Attestations : des acquis et de suivi pour chaque participant

#### L'EXPERIENCE EKILIBRE ACADEMIE, C'EST AUSSI :

- Une approche pédagogique adaptée à une formation active et participative.
- Des formateurs passionnés, experts et à votre écoute.
- Des formations qui placent l'apprenant au cœur du processus d'apprentissage.
- ➔ Permettant un taux de réussite de 100 %

#### LES OPTIONS :

- Durée de la formation ajustable
- Format également disponible en anglais
- Consolidation des apprentissages par la mise en œuvre d'ateliers de retour d'expérience à 3 mois
- Format adaptable en 100% distanciel et interactif
- Formation mixte (Présentiel et distanciel)
- ➔ En cas de format distanciel : nécessité de disposer d'un ordinateur et d'une connexion internet.

SOMMAIRE

**\*PARLONS ENSEMBLE DE VOTRE PROJET, CONTACTEZ-NOUS :**

PAR EMAIL :   
[CONTACT@EKILIBRE-CONSEIL.COM](mailto:CONTACT@EKILIBRE-CONSEIL.COM)

PAR TÉLÉPHONE :   
**01.53.45.54.21**

VIA NOTRE SITE INTERNET :   
<https://ekilibre-conseil.com/>