

Contexte

La résilience représente la capacité de **s'adapter** face à l'adversité, aux traumatismes, aux sources de stress. Elle permet de "**rebondir**" après avoir connu une situation difficile*.

Renforcer la résilience des soignants leur permet de mieux faire face aux impacts personnels et professionnels de la crise COVID.

Objectifs

- **S'approprier** le concept de résilience
- **Renforcer** ses capacités d'adaptation
- **Optimiser** les compétences d'équipe en situation de crise

Méthodes pédagogiques

Des **échanges sur des cas métiers et hors métier** permettent aux participants de s'approprier les outils relationnels dans des conditions optimales.

Un **renforcement** des éléments abordés durant la formation vers les pratiques professionnelles de chacun permet de pérenniser les acquis.

Intervenants

Votre intervenant est un expert en Facteurs Organisationnels et Humains (FOH) et en Crew Resource Management (CRM), issu de l'aviation militaire.

Les armées ont été pionnières dans la mise en place d'actions de renforcement de résilience des combattants.

Déroulement de la formation

Définir la résilience (1h)

- Définition de la résilience (B. Cyrulnik)
- Qu'entend-on par crise/trauma ?
- Exemples de systèmes résiliants

Gestion du stress (1h)

- Définition du stress
- Symptômes et manifestations
- Outils de gestion du stress

Construction et renforcement de sa résilience (2h)

- Outils pour renforcer sa résilience ou celle du système / de l'organisation
- Stratégie de développement de la résilience
- Résistance aux changements

Gestion des émotions (2h)

- Partages sur les situations rencontrées au cours de l'activité professionnelle
- Définition des approches et outils utilisables en pareil contexte

Retours individuels (30min)

- Transposition des acquis de la formation aux pratiques quotidiennes.

Évaluation (30min)

- Validation des acquis par QCM

Jean-Pierre
Henry



Navigateur
Mirage 2000

Marjorie
Mazeau



Moniteur
simulateur de vol
Mirage 2000

Erwan
de Penfentyo



Navigateur
C-130 Hercules
C-160 Transall

Lieu de la formation

Votre établissement

Durée

Une journée (7h) en présentiel

Tarif

Nous contacter

Prérequis

Aucun

Participants

Personnels médicaux et paramédicaux
12 maximum par session

Contactez-nous

info@stan-institute.com
+33 3 62 02 07 07