

Formation Souffrance au travail : le rôle du premier écoutant - QVTRPS18

 2 jours

Présentiel

Public concerné

Tout public.
(Groupe de 12 personnes maximum)

Pré-requis

Aucuns

Objectifs

- › Repérer les mécanismes de la souffrance au travail et différencier les différents types de risques psychosociaux en adoptant la bonne posture
- › Mener un entretien dans le cas d'une relation d'aide
- › Identifier les dispositifs locaux et les ressources internes/externes

Contenu

- › RPS : de quoi parlons-nous ?
 - Définitions, type de RPS et facteurs de risques
 - Le cadre juridique et aspects légaux
- › La pratique de l'écoute active :
 - La posture du primo-écoutant : les techniques de l'écoute active : le questionnement, la reformulation, la relance, la synthèse (Carl Rogers)
 - Savoir se synchroniser (Bandler et Grinder)
 - L'écoute réflexive et les impasses relationnelles (Thomas Gordon et Porter)
 - Les conseils pour agir : assertivité et empathie
 - L'écoute active face à des situations difficiles
 - Le visage : miroir des émotions (travaux d'Ekman)
 - Les conseils pour primo-écoutant
 - L'analyse transactionnelle pour comprendre les relations qui font souffrir (E. Berne)
 - Les techniques de gestion des émotions (Ilios Kotsou)
 - Orienter vers les personnes ressources et les dispositifs locaux

Méthodes pédagogiques

- › Pédagogie interactive construite autour du vécu des participants et de leurs problématiques concrètes et centrées sur les échanges
- › Apports théoriques

- › Exercices pratiques
- › Extraits de films
- › Jeux de rôle et de tests appropriés

Intervenants

- › Consultante en RH / management et développement personnel

Évaluation des acquis

quiz

Tarif Inter 480€ / pers.

Tarif Intra 1350€ j. / gr.

Prochaines sessions

> 12 et 13 octobre 2026

98%

Taux de satisfaction *

100%

Taux de recommandation *

cfps@chu-clermontferrand.fr

© CFPS CHU Clermont-Ferrand