

# Formation au secourisme relationnel



Public : salariés

Inscription

Dates et lieu : A définir

## OBJECTIFS

Le monde de l'entreprise connaît une crise sans précédent sur le plan des relations. Les conflits ou l'absence de solidarité caractérisent de plus en plus le monde du travail.

Le lien social est pourtant un élément majeur de prévention du stress au travail.

Un module de secourisme relationnel a été mis au point par le Docteur François Crespo. Il a pour objectif de donner une formation aux salariés sur les signes avant-coureurs de la dépression et du stress.

## PROGRAMME

Notion de secourisme relationnel

- \* Quels sont les signes avant-coureurs de la dépression ?
- \* Quels sont les signes avant-coureurs du stress, du risque suicidaire ?
- \* Introduction au concept de Beck sur l'anxiété et la dépression
- \* Comment l'individu réagit-il face au stress psychosocial ?
- \* La relation d'aide selon la psychologie positive
- \* Intérêts et limites de la relation d'aide

Méthodes :

Mise en situation, documents, ateliers, séquences par objectifs

