

# GESTION DE L'AGRESSIVITÉ

Ce module de formation, « Gestion de l'agressivité » permet aux participants de prendre du recul et d'acquérir des outils pour mieux appréhender les situations difficiles, désamorcer l'escalade de la violence et rétablir une communication positive.

## OBJECTIFS

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Comprendre les mécanismes de l'agressivité et du stress de façon simple et claire
- Mieux se positionner dans le contact du public pour prévenir les difficultés relationnelles et émotionnelles
- Mieux gérer le stress et les émotions (fonctionnelles, parasites)
- Mieux communiquer pour dénouer les conflits de façon constructive et positive

## CONTENU

### Mieux comprendre l'agressivité

- Comprendre et identifier les facteurs d'agressivité
- Comprendre la dimension relationnelle en jeu dans l'agressivité
- Comprendre et analyser les situations, les acteurs, les contextes et les mécanismes
- Analyser perception et interprétation de la réalité

### Se connaître et se maîtriser face à l'agressivité

- Prendre conscience de son fonctionnement et de celui des autres-
- Connaître sa résistance et son seuil de tolérance
- Gérer son stress et ses peurs et garder le contrôle

### La dynamique relationnelle

- Comprendre le rôle du ressenti et de l'émotion
- Travail sur la gestion des émotions et ancrage corporel

### Cadre d'intervention et Protection, Permission, Puissance (les 3 P, les 3 R)

#### Outils pour mieux communiquer

#### Outils pour intervenir dans les situations difficiles

## DUREE

2 jours

## METHODES PEDAGOGIQUES

La méthode pédagogique est basée à la fois sur des apports théoriques et des exercices pratiques avec des mises en situation. L'accent est mis sur le savoir-faire et le savoir-être avec un objectif de pratique professionnelle.