

Durée : 1 jour.

Public :

Toute personne. Dernière MAJ : Avril 2024

Objectifs :

Connaître les risques d'agressions, comment réagir à un braquage, apprendre à changer ses habitudes.

Pré-requis :

Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à cette formation.

Méthodes :

L'apprentissage par la découverte, exercices pratiques, études de cas et retours d'expériences analysés.

Évaluation :

L'évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers des multiples exercices, mise en situation et étude de cas à réaliser. Le formateur remet en fin de formation une attestation avec les objectifs acquis ou non par le stagiaire.

Dernière MAJ : Avril 2024

Prendre conscience de ses pratiques

Faire un point sur ses pratiques

Prendre conscience des risques encourus

Les agressions

Les différents profils d'agresseurs

Les consignes de sécurité en cas de vol

Les systèmes d'alerte et d'alarme

Les techniques pour faire face à l'agresseur

La conduite à tenir face à l'agresseur et la notion de soumission

Mesurer l'importance du non-verbal, gérer le stress des conflits et l'agressivité

Exprimer son ressenti pour décharger les tensions

Comprendre et diagnostiquer la situation, l'assertivité et la dynamique de confrontation

La notion de stress émotionnel

Le choc post-traumatique et sa prise en charge après l'agression

Mettre en place de nouvelles pratiques

Comment éviter les agressions

Quelles solutions mettre en place pour changer ses habitudes