

SBP-15

GERER LA PANIQUE, LE STRESS ET LES SITUATIONS DE DANGER

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

A l'issue de la formation, chaque participant devra mieux:

- Comprendre le fonctionnement de la panique et maîtriser les techniques permettant de gérer les situations extrêmes
- Appréhender les risques d'attaque ou d'atteinte physique à la personne
- Savoir réagir et assurer la sécurité des personnes (public ou client) en fonction de la situation

CONTENU DU PROGRAMME DE LA FORMATION :

- **Introduction à la formation gestion de la panique et des situations de danger**
 - ✓ Qu'est-ce qu'une situation d'urgence ? Comprendre la notion de situation extrême
 - ✓ Faire les points sur les différentes formes de danger : Alerte, situation exceptionnelle, urgence, intrusion, crise ou danger vital ?
 - ✓ Comprendre les enjeux de la gestion de la panique, du stress et des situations de danger
 - ✓ Faire le point sur les situations rencontrées par les stagiaires
- **Mettre en place une procédure interne standard dans votre entreprise ou établissement en cas d'intrusion ou d'incident**
 - ✓ Faire le point sur les risques potentiels de crise : Les différents scénarios répertoriées ou à envisager
 - ✓ Appréhender les procédures internes pour mieux les comprendre
 - ✓ Pratique : mise en situation sur les différentes procédures
- **Connaître la psychologie de la situation d'urgence, les points clés pour adopter le bon comportement**
 - ✓ Connaître les attitudes à privilégier face à une situation extrême, savoir adopter les gestes appropriés
 - ✓ Garder son calme en toute circonstance
 - ✓ Faire le point sur la notion de stress aigu, comment réagissons-nous en cas de panique ?

- ✓ Comment passe-t-on de l'angoisse à la panique et maîtriser le processus
- ✓ Gérer ses émotions et son stress
- ✓ Savoir réagir efficacement et méthodologiquement face à une situation de danger ou une situation exceptionnelle
- ✓ Savoir informer et rassurer les clients ou le public présent dans l'établissement concerné
- ✓ Organiser l'évacuation ou la mise en sécurité des clients ou du public
- **Cas de l'agression physique potentielle : Appréhender le processus psychologique de l'agresseur pour mieux se préparer**
 - ✓ Comprendre les motivations de l'agresseur dans le cadre d'une situation d'urgence
 - ✓ Comprendre la situation émotionnelle de l'agresseur pour mieux se positionner et limiter les risques
 - ✓ Identifier la psychologie et les profils des victimes
- **Focus sur les gestes de survie fondamentaux dans le cadre d'une situation d'urgence**
 - ✓ Comment soulager les différentes manifestations de la panique
 - ✓ Assurer sa sécurité et celle du public : Les gestes ou attitudes à proscrire et ceux à adopter

PUBLIC CIBLE

- Chef d'entreprise,
- Responsable sécurité
- Managers

DUREE DE LA FORMATION :

03 journées de 8 heures chacune

ANIMATEURS :

Consultant spécialiste en prévention des risques professionnels