



**DOMINIQUE JAILLON**  
**CENTRE D'ANALYSE**  
**DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES**  
8 rue Baulant – Paris 75012  
[www.groupecapp-coaching.fr](http://www.groupecapp-coaching.fr)  
N° SIRET: 391 480 415 000 10  
APE : 8599  
N° organisme de Formation : 11753437175

## **Formation à la Gestion du Stress**

La violence des situations de travail (stress, burn out, harcèlement moral, etc) fait désormais partie du fonctionnement des organisations. Les transformations du travail et du rapport au travail mobilisent profondément la subjectivité de l'individu qui se trouve en permanence face à l'obligation de faire la preuve de son employabilité.

L'avènement des technologies de la communication (mails, téléphones mobiles, Internet) et l'évolution des organisations, basée sur une exigence de rentabilité à très court terme, ont entraîné une nouvelle relation au temps.

L'urgence, autrefois cantonnée au domaine médical ou, parfois, au domaine juridique, a envahi le domaine économique et, par voie de conséquence, le registre de la vie professionnelle et celui de la vie personnelle.

Face à ces nouvelles situations de travail les individus n'ont pas tous les mêmes capacités d'adaptation et se retrouvent souvent isolés pour faire face à des objectifs impossibles à atteindre. Ce qui peut engendrer, perte de confiance en soi, dévalorisation personnelle et le sentiment d'une profonde "fatigue d'être soi".

Les travailleurs sociaux, délégués du personnel, consultants, managers et les professionnels de la relation d'accompagnement doivent connaître ces phénomènes de souffrance au travail, pouvoir identifier les "signaux faibles" et les symptômes avant-coureurs de ces situations pour intervenir en prévention ou en accompagnement.

Les intervenants (internes ou externes) doivent pouvoir aider les différents acteurs à élaborer des stratégies leur permettant de se dégager de l'emprise de ces situations.

### **Pour qui ?**

Tout professionnel désireux développer ses connaissances et ses capacités d'accompagnement d'un sujet confronté au stress et à la souffrance au travail.

### **Objectifs**

- Comprendre et identifier les différentes sortes de stress
- Comprendre la spécificité des situations de violence au travail
- Développer une capacité de diagnostic et d'analyse du stress, du harcèlement

moral et du harcèlement sexuel

- Clarifier le rôle des acteurs impliqués et identifier leur pouvoir d'action
- Apprendre à gérer le stress en toutes circonstances.
- Mettre en œuvre des modalités d'intervention et de prévention adaptées.

### **Méthodologie**

- Apports théoriques et cliniques
- Mise en situation : jeux de rôles
- Echanges et études de situations

### **Itinéraire Pédagogique**

- Déontologie du groupe
- Identifications des besoins des participants
- Management et violence des situations de travail : état des lieux
- Clés pour analyser et comprendre les situations de stress et de violence au travail
- Contextes favorables et réponses institutionnelles
- Outils et méthodes pour intervenir et prévenir

**Durée de la formation :** 3 jours (2j+1j)

### **Intervenant : Dominique Jaillon**

Socioanalyste, sociologue clinicien, coach. Maître de conférences (Université Clermont II). Consultant en management et accompagnement du changement, il forme des coachs depuis 2008 et supervise leurs pratiques ([www.groupecapp-coaching.fr](http://www.groupecapp-coaching.fr)). Il anime des ateliers thérapeutiques ou de resocialisation par la méthode sociobiographique.

Membre Titulaire de la Société Française de Coaching, qu'il préside de 2006 à 2009. Membre d'honneur de la Fédération des superviseurs professionnels.

Fondateur et président de l'AFAPP (Association Française de l'Accompagnement Professionnel Personnalisé) depuis 2009 ([www.afapp.org](http://www.afapp.org)).

A publié *Du coaching à l'Accompagnement Professionnel Personnalisé* (2014) Le Sujet dans la Cité. L'Harmattan : Paris.