



Pro Pause Formation



“ FORMATION SELF-DÉFENSE SPÉ ”

- Spécifique métier-



Public Concerné

Tous professionnels en contact avec du public

Accessibilité

Nos formations sont accessibles aux personnes en **situation de handicap**.

Modalité d'inscription

Demande de devis : par téléphone (06 51 14 78 86) ou par mail (team@pro-pause-formation.fr).
Convention de formation : à la validation du devis, une convention est établie et signée par les deux parties.
Convocation : chaque participant reçoit une convocation et les informations pratiques (lieu, horaires, contact formateur).

Prérequis

Aucun prérequis n'est nécessaire

Délai d'accès et modalités

Contact par mail ou téléphone demande de devis et étude faite en entreprise pour préparation et organisation de la formation délai 14 jours minimum

Tarif HT

En intra : à partir de 800 € et sur devis, Prise en charge possible

Nombre de Participants

De **4 à 10 personnes** maximum

Durée

0.5 jour soit 4 heures

Objectifs Généraux

Adapter les techniques de protection à son environnement professionnel
Gérer une agression verbale évolutive vers le physique
Intervenir en espace contraint
Coopérer en binôme
Sécuriser une situation tout en respectant le cadre légal

Compétences Visées

Identifier les risques spécifiques à son métier
Adapter sa posture selon la configuration des lieux
Se protéger en situation dynamique
Protéger un tiers (collègue, client, patient)
Mettre en œuvre une stratégie de sortie sécurisée
Analyser une situation post-incident



Pro Pause Formation

Programme

Retour d'expérience et contextualisation

- Échange sur les acquis du module initial
- Analyse des situations professionnelles à risque
- Identification des contraintes métier
- Cartographie des risques spécifiques

Gestion des agressions verbales évolutives

- Lecture des comportements menaçants
- Adaptation du positionnement corporel
- Désescalade stratégique
- Gestion de la montée en tension
- Travail sous pression contrôlée

Adaptation à l'environnement professionnel

Travail en situation simulée selon configuration :

- Derrière un bureau (banque, accueil administratif)
- En espace de vente ou ouvert au public
- En milieu hospitalier ou médico-social
- En déplacement ou rendez-vous extérieur

Techniques travaillées :

- Protection en position assise
- Protection en espace restreint
- Utilisation stratégique de l'environnement
- Passage en angle et sortie de zone
- Protection d'un tiers

Gestion des agressions physiques dynamiques

- Saisies dynamiques
- Tentatives d'étranglement
- Gestion des frappes simples
- Protection au sol
- Relevé sécurisé
- Désengagement proportionné

Travail en binôme et coordination

- Communication non verbale
- Positionnement en équipe
- Intervention coordonnée
- Création d'une porte de sortie
- Protection collective



Pro Pause Formation

Programme

Scénarios immersifs professionnels

Mises en situation réalistes adaptées au secteur :

- Client agressif
- Patient agité
- Conflit commercial
- Situation imprévisible

Intégration :

- Stress contrôlé
- Décision rapide
- Application des techniques
- Debriefing individualisé

Gestion post-incident

- Retour au calme physiologique
- Gestion émotionnelle après confrontation
- Analyse à froid
- Importance du signalement interne
- Prévention de l'impact psychologique

Moyens pédagogiques et techniques

Apports théoriques ciblés
Études de cas sectorielles
Démonstrations techniques
Exercices pratiques progressifs
Travail en binôme
Jeux de rôle réalistes
Scénarios immersifs
Debriefing pédagogique individualisé
Support pédagogique numérique

Modalité d'évaluation

Évaluation des acquis en cours de formation (mises en situation).
Évaluation de la satisfaction des participants en fin de session.
Validation de l'émargement
Délivrance d'une attestation de fin de formation.

QUALITÉ ET SATISFACTION

📊 Taux de satisfaction des apprenants 100%