

# Violence : comment réagir pour calmer l'escalade !

---

M<sup>me</sup> Carole Monnot, psychologue à l'H-JU

---

## Objectifs

- Identifier les mécanismes de la violence.
- Prendre conscience de ses émotions et réagir.
- Anticiper en identifiant les facteurs favorisant l'escalade et la violence.
- Etre conscient de l'escalade afin de mieux la briser.
- Utiliser des techniques visant à calmer la personne.

---

## Contenu

- Les mécanismes de la violence ;
- Les émotions que je vis face à une situation difficile ;
- Détecter les situations à risque pour mieux les anticiper ;
- La distance relationnelle pour se protéger ;
- Techniques pour calmer la personnel (regard, ton de la voix, position du corps...) ;
- Mise en situation au travers de jeux de rôles

---

## Horaires

De 8h30 à 12h et de 13h à 16h30

## Public-cible

Le personnel de radiologie

## Nombre

14 personnes

31 août 2022

*Hôpital du Jura – site de la  
Résidence la Promenade  
Salle des Bergeronnettes*