FORMATION - FORMATION - IMAGES VIOLENTES : PRÉVENIR L'IMPACT ET LIMITER LES RISQUES PSYCHOLOGIQUES

Public et pré-requis
Journaliste, documentaliste, community manager, monteur, rédacteur·trice en chef, chef·fe de service, enquêteur·trice, réalisateur·trice, responsable des ressources humaines.
Aucun prérequis

Durée et modalités pédagogiques
Formation Présentiel de 7h

Moyens pédagogiques
Le support de formation est transmis aux apprenant·e·s pendant ou après la formation

Accessibilité
Nous mettons tout en œuvre pour vous accueillir toutes et tous dans les meilleures conditions. Notre charte handicap détaille nos engagements pour l'accessibilité de nos formations. Contactez notre référent handicap si vous avez des besoins spécifiques d'accompagnement avant, pendant et après la formation: handicap@samsa.fr

Evaluation
1- Positionnement
Un questionnaire en ligne ou un tour de table en début de session vise à évaluer le niveau initial, les besoins et les attentes des participant·e·s.
2-Evaluation des acquis
Au cours de la formation, les exercices réalisés permettent au formateur ou à la formatrice d'évaluer l'acquisition des compétences.
3- Attestation
Une attestation des acquis de fin de formation est adressée par mail aux apprenants suite à la session

Dernière modification contenu formation - 13/03/2026

Objectifs

- Identifier les risques liés aux images violentes et leurs effets sur la santé mentale
- Mettre en place des méthodes pour se protéger face à la violence contenue dans les images visionnées
- Acquérir des techniques de gestion du stress et du traumatisme et les transmettre à ses collègues en rédaction
- Connaître et solliciter les interlocuteurs et dispositifs au sein du Groupe, pour soi-même ou pour un·e collègue

Programme

Matin

- Présentation de la formatrice et tour de table pour recueillir les attentes des participant·es
- Temps de partage autour des expériences vécues par les participant·es en lien avec des images violentes et des appréhensions associées
- Élaboration collective d'une typologie des images violentes pour repérer, nommer et catégoriser les sources potentielles de traumatisme
- Identification des différents types de traumatismes et des spécificités du traumatisme vicariant
- Passage en revue des risques, manifestations et symptômes indiquant un potentiel traumatisme ou une addition de chocs consécutifs
- Temps d'échange autour des mesures possibles et nécessaires pour gérer son exposition aux risques
- Partage de pratiques mises en place dans des rédactions à l'étranger ou dans d'autres professions
- Élaboration collective d'une check-list de bonnes pratiques pour mettre à distance les contenus violents lors du visionnage ou lors du tournage

Après-midi

- Apports pédagogiques sur les ressentis, les émotions, le stress, les réactions au stress adaptées et inadaptées
- Présentation d'outils pour gérer le stress, faire quelque chose de ses émotions et limiter la survenue de troubles anxieux avant, pendant et après le visionnage
- Atelier de mise en pratique des techniques de gestion du stress et du traumatisme vicariant
- Atelier de mise en situation en binôme, associant une victime de traumatisme et une personne en charge d'écouter activement
- Temps conclusif pour s'assurer de la stabilité émotionnelle de chacun·e à l'issue de la journée
- Partage de ressources à mobiliser après la formation (documentation, réseaux de soutien, lignes d'écoute)

- Évaluation à chaud de la formation par les participant·e·s