



La juste place des émotions dans l'accompagnement socioprofessionnel

Formation à distance - 21.00 heures (3.00 jours)

Apprendre à repérer et comprendre les émotions en jeu dans l'accompagnement pour mieux réagir face aux situations émotionnelles, adapter sa posture et proposer des expériences favorisant la gestion des émotions des bénéficiaires.

Objectifs pédagogiques

- Savoir repérer les émotions qui sont en jeu chez nous, accompagnateurs et accompagnatrices
- Savoir identifier les émotions en jeu chez les personnes accompagnées
- Savoir comment réagir face à des situations de fortes émotions
- Comprendre les liens entre émotions et comportements de la personne accompagnée
- Identifier quelques expériences simples à proposer aux bénéficiaires pour leur permettre de mieux gérer les émotions à la source de blocage: peur, plaisir, tristesse et colère

Public :

- Professionnel-les amené-es à accompagner des publics dans leur parcours sociaux ou professionnels

Prérequis :

- Non

Contenu de la formation

- Première demi-journée : Replacer les émotions dans le contexte global de l'accompagnement **Intervenant-e**
 - Comprendre la place et le rôle de l'émotion dans les rapports avec les autres en Soizic Reverdiau, Caroline BLANDIN ou Séverine DECARME
 - Replacer le rôle et les représentations dans une perspective historique, culturelle et Formatrices, coachs, consultantes.
 - Identifier comment cette place a évolué et comment se préfigure son évolution, notamment sous l'effet de la technologie
 - Mesurer les enjeux associés aux émotions dans l'insertion sociale et professionnelle au travers des notions de savoir-être et d'intelligence émotionnelle
- Deuxième demi-journée : Comprendre les émotions
 - Emotion, sentiment, sensation, ressenti, intuition : de quoi parle-t-on ?
 - Le regard des neurosciences sur les émotions
 - Comprendre dans nos comportements ce qui relève de la décision ou d'automatismes inconscients, savoir sur quoi on peut agir.
- Troisième demi-journée : Savoir repérer et exprimer ses émotions
 - Apprendre à repérer l'émotion chez soi et chez les personnes accompagnées
 - Identifier les signes des émotions d'arrière-plan, des émotions primaires et des émotions sociales
 - Identifier quelques outils concrets de repérage individuels et collectifs
 - Comprendre l'importance de savoir exprimer ses émotions pour développer son potentiel mais aussi pour éviter les somatisations
- Quatrième demi-journée : Gérer les émotions
 - Comprendre ce qu'on entend par gérer ses émotions pour mettre son énergie au bon endroit
 - Les tentatives de gestion vouées à l'échec et la symptomatologie associée
 - Identifier le processus qui permet de bien réguler ses émotions
 - De la gestion de l'émotion au travail sur soi : apprivoiser ses émotions et faire bon usage de sa raison
- Cinquième et sixième demi-journées : Emotion et accompagnement
 - Importance d'une bonne gestion de ses propres émotions pour adapter sa posture d'accompagnement
 - Comment communiquer autour de ses émotions et de celles de la personne accompagnée ?

Organisation de la formation

Moyens pédagogiques et techniques

- Formation à distance de 3 jours en format sur plusieurs demi-journées pour favoriser la montée en compétences et le retour d'expériences
- Apports méthodologiques, illustrations à partir de différents supports (vidéos, articles, quizz, jeu pédagogique ...)
- Etude de cas concrets
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation sur votre Espace Stagiare
- Réflexions/échanges de pratiques à partir de cas proposés par la formatrice ou apportés par les stagiaires

Dispositif de suivi de l'exécution de d'évaluation des résultats de la formation

- Questionnaire préformation pour affiner les attentes individuelles et s'autoévaluer sur les objectifs pédagogiques
- Quiz d'évaluation des connaissances à la fin de la formation
- ☐ Questionnaire fin de formation UNIFORMATION incluant une autoévaluation, évaluation 2 mois après la formation

Tous nos stages :

www.cabinet-altitudes.fr

Plus d'informations ? Vous inscrire ?

maformation@cabinet-altitudes.fr

Enregistré sous le numéro 53561032056

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat



- Faire face aux situations délicates
- Les émotions de la personne et l'avancement de ses projets
- Comprendre les blocages émotionnels

