

Formation-Action

- De l'émotion à la compétence émotionnelle -

Les émotions dans les métiers de l'accompagnement

Les émotions occupent une place importante dans le quotidien des professionnels de l'accompagnement et de la relation d'aide. Positives ou négatives elles sont omniprésentes. Cependant, quelle reconnaissance et quelle place leur laisse-t-on ? Qu'en est-il de la question de la « juste » distance, et des sentiments qui découlent de nos émotions ? Pourquoi les émotions restent-elles une affaire privée voire intime, comme s'il existait un tabou autour des émotions vécues par le professionnel ?

Peut-on les appréhender pour en faire des alliées et un soutien dans son activité professionnelle ? Peut-on parler d'amour dans nos pratiques professionnelles ? De compétences émotionnelles ? De savoir-aimer ? Peut-on apprendre à travailler avec ses émotions ?

Qu'on le veuille ou non, les professionnels mettent en place des stratégies pour réguler, réduire, ou tenir à distance les émotions qui les animent. Nous partirons ici, du postulat que les émotions saines, reconnues, voire exprimées, favorisent la motivation et la confiance, et participent donc d'un professionnalisme et de la prévention des risques psycho-sociaux.

Pendant cette formation, nous parlerons de « bonne présence », nous allons explorer le monde des émotions qui nous animent, qui permettent d'exercer en toute humanité, vrai support et soutien aux liens et aux relations des métiers de l'accompagnement.

Vous serez invités à prendre votre place, mettre en avant et en scène vos émotions, présenter des situations depuis un format spécifique d'ateliers formatifs laissant une large place aux exercices pratiques.

Pré-requis :

- Aucun

Durée : 2 jours

Profils des participants

- Professionnels de l'accompagnement, de l'insertion, de l'enseignement, de la relation d'aide

Effectif : 5 à 10 participants maximum

Objectifs pédagogiques

- Comprendre et reconnaître ses émotions, leur place et leurs manifestations
- Comprendre et développer ses compétences émotionnelles

Contenu de la formation

- **Jour 1 : Les émotions et les compétences émotionnelles**
 - Quelques bases : définition, contour et fonctions
 - Identification
 - Expression & compréhension
- **Jour 2 : Développer sa compétence émotionnelle**
 - Compréhension & Régulation
 - Utilisation
- **Apports/échanges de situations et d'exercices pratiques tout au long de la formation**

Organisation de la formation

Moyens pédagogiques et techniques :

- Documents supports de formation
- Exposés théoriques
- Jeux de rôles, mises en situation

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

- Formulaire d'évaluation de la formation
- Observation, participation, implication

Intervenante :



Alexandra Visage, formatrice d'Adultes :

Educatrice spécialisée pendant plus d'une dizaine d'années, aujourd'hui formatrice auprès des professionnels de l'accompagnement et des personnes concernées depuis plus de 7 ans, j'ai fondé Formations+ pour mettre en avant l'humain, son expérience et son savoir-être au travers de modules de formation animés depuis ma singularité.

Pouvoir participer au développement du potentiel de chacun-e est ce qui m'anime afin que chacun prenne sa place depuis son unicité.

« La tête pense, le cœur sait : l'être en synergie »

Contact & Informations

Alexandra VISAGE : +41 766 486 667 / +33 613 147 478

info@aformationsplus.com