

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 alliés 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 anime, qui permet 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

Tarifs: individuel : 420 CHF par participant-e

Structure : 2400 CHF par groupe

Effectif : 8 à 10 participants maximum

Dates : mises en ligne

De 9h00 à 17h00

Lieu : Lausanne – salle à confirmer

Sur site pour les structures (dates à convenir)

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 faire vivre et transmettre ma singularité au travers de modules de formation qui mettent en avant l'humain, son expérience et son savoir-être.

Pouvoir participer au développement de son potentiel est ce qui m'anime avant toute chose afin que chacun prenne sa place depuis sa singularité.

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

Contat & Informations

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

info@aformationsplus.com