

RÉPONDRE À SES ÉMOTIONS EN SITUATION D'ACCOMPAGNEMENT COMPLEXE

Durée

21 h / 3 j

Effectif

6 à 12

Modalité

Présentiel

Réf.

PRO-2027-38

L'Atelier des Pratiques et les établissements d'accueil mettent à disposition des locaux adaptés à l'accueil d'un public en situation de handicap. Si besoin d'une aide technique pour le suivi de la formation, nous contacter.

PRÉAMBULE

Les émotions peuvent arriver à tout moment et dans toutes circonstances : quand on accompagne des personnes qui sont elles-mêmes très submergées par des émotions, quand on reçoit des émotions qui ne nous sont pas adressées ou encore quand le sentiment d'impuissance est trop grand. Si les personnes accompagnées s'autorisent à adresser ces émotions à ces professionnel·le·s c'est précisément qu'ils comptent sur eux pour en dire quelque chose. Le risque de pareilles situations, c'est que cela fasse résonner des choses en nous, et c'est en ce sens que cette formation de trois jours va venir donner des clés pratiques aux professionnel·le·s. L'idée n'étant pas d'éviter les émotions mais plutôt de pouvoir les comprendre, les expliquer, et réagir face à celles-ci.

COMPÉTENCE RENFORCÉE

- Savoir répondre à ses émotions par l'application de stratégies simples et efficaces pour prendre du recul en situation d'accompagnement complexe.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre le phénomène et les facteurs de stress en milieu professionnel.
- Comprendre le mécanisme des émotions dans ses dimensions psychiques et physiologiques.
- Trouver des clés de régulation dans les approches psycho-corporelles.
- Développer des stratégies d'équipe pour gérer les émotions.

PUBLIC CONCERNÉ

Professionnel·le·s des établissements et des services médico-sociaux, sociaux et de santé. Formation concourant au développement et au renforcement des compétences pratiques et techniques pour l'accompagnement de proximité des personnes dépendantes, en situation de handicap, de soin et de perte d'autonomie.

PRÉ-REQUIS

- Inscription inter-établissement (individuelle) : prise en compte de l'expérience et/ou du diplôme (du secteur médico-social ou du soin, niveau 2 minimum).
- Inscription intra-établissement : profils des bénéficiaires déterminés avec l'établissement selon les objectifs définis, la dynamique d'équipe...

Tarif individuel
750 € NET

Tarif groupe
3990 € NET

(Hors frais de déplacement)

PROGRAMME

Une première approche par le stress

- Les mécanismes du stress, ses différentes phases et des différents facteurs.
- Des symptômes et caractéristiques propres à chaque individu.
- Le stress en contexte professionnel : sources, formes, facteurs et stratégies de régulation.

Les émotions, de quoi parle-t-on ?

- Définitions, classifications et façon dont elles guident l'action.
- Les mécanismes physiologiques des émotions, clés de compréhension.
- Les besoins propres à chaque individu.
- Les différentes stratégies de régulation des émotions.

Expérimentation des approches psychocorporelles

- Définition et multiplicité des pratiques.
- La relaxation, but et pratiques.
- La respiration comme base de régulation émotionnelle et physiologique.
- Techniques d'ancrage et de visualisation positive.

La place de l'équipe dans la gestion des émotions.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques.
- Exercices pratiques sur les approches psychocorporelles.

SUIVI DES ACQUIS

- Mises en situations.

INTERVENANTE

Camille LE MALÉFAN, éducatrice spécialisée et formatrice en pratiques psychocorporelles et relation d'aide.

NOUS CONTACTER

02 56 61 01 94

organisation@atelierdespratiques.fr

www.atelierdespratiques.fr

Date version : 24/06/2026