



De Lien en Lien

0678850703

e.bouvet@delienlien.com

www.delienlien.com

GESTION DES EMOTIONS et POSTURE PROFESSIONNELLE

Prérequis

Avoir suivi la formation Communication Bienveillante - Bases

1. Public

Personnels d'éducation et responsables d'équipes éducatives / Chefs d'établissements / Personnels d'accueil, agents de service, d'entretien, de maintenance et de restauration / Personnels administratifs (secrétaires et comptables)

2. Objectifs

Dans la relation éducative

- Reconnaître et identifier les différentes émotions (peur, tristesse, colère)
- Identifier les croyances sur les émotions
- Apprendre à gérer les manifestations de colère de l'enfant et l'adolescent (Différence agressivité, colère, violence et gestion de crise)
- Savoir articuler l'individuel et groupal dans la gestion émotionnelle

Dans sa posture professionnelle

- Identifier les freins émotionnels
- Apprendre à ressentir une émotion et à la transformer
- Apprendre à gérer ses émotions en lien avec sa posture d'autorité (gérer son stress)
- Développer une posture professionnelle assertive juste
- Explorer et expérimenter les pratiques professionnelles sur la gestion des émotions

3. Contenu

- Apports théoriques sur les émotions
 - ⇒ Identifier les différentes émotions primaires
 - ⇒ Distinguer agressivité, colère, violence, gestion de crise
 - ⇒ Comprendre le mécanisme de charge émotionnel et ses effets sur l'apprentissage et le développement de l'enfant (à partir des apports des neurosciences affectives)
- Ressentir une émotion, gérer son stress : comment faire quand on est professionnel ?
- Gestion des émotions et autorité bienveillante

4. Pédagogie

- Etudes de cas et partage d'expériences
- Mise en pratique des ressources et analyse des situations problématiques
- Simulations et jeux de rôles pour s'approprier les savoirs faire et les savoirs être
- Apports théoriques sur la gestion du stress et des émotions

Nombre de jours : 2 journées de 6h

Nombre de participants : 12 à 25

Formatrices : Emmanuelle CHEYLUS BOUVET et Isabelle VERCHERAT-CHARMION

De Lien en Lien Emmanuelle CHEYLUS-BOUVET

Graines de SOL – Coopérative d'activités – 64, rue Roger Salengro – 69310 Pierre Bénite

SCIC ARL à capital variable – APE 7022 Z – Siret 509 249 017 00021 – RCS Lyon B 509 249 017 – TVA intracom. FR70 509 249 017