



« Nous ne pouvons inculquer directement à autrui un savoir ou une conduite ; nous pouvons tout au plus faciliter son apprentissage » (Carl Rogers)

En établissement scolaire... en Institution... en contexte éducatif...

SAVOIR REAGIR dans les situations difficiles

Dans les situations difficiles, nous savons souvent analyser les causes institutionnelles ou les dysfonctionnements personnels des élèves, des familles, des collègues.

Dans la formation, nous prendrons en compte ces dimensions, mais nous chercherons surtout à accueillir, comprendre et optimiser nos propres réactions émotionnelles, à découvrir et prendre en compte nos besoins, pour faire face à ces situations et trouver les postures et stratégies ajustées et efficaces.

OBJECTIFS

En contexte scolaire ou éducatif...

- ▶ Faire face à l'agressivité et à la violence
- ▶ Réagir à l'incompréhension des collègues, à la démotivation des élèves...
- ▶ Se positionner de façon ajustée dans les situations difficiles
- ▶ Apprendre à nous protéger quand nous risquons d'être atteints
- ▶ Canaliser notre stress et nos émotions avant de sombrer dans le burn-out

DESTINATAIRES

- ▶ Enseignants, CPE, personnels scolaires...
- ▶ Travailleurs sociaux, éducateurs, animateurs en association ou en institutions
- ▶ Parents gérant des situations difficiles avec les enfants ou les adolescents

PROGRAMME interactif, ajusté aux besoins des participants

MES STRATEGIES PERSONNELLES

- ▶ Evocation de situations difficiles
- ▶ Identifier les processus générateurs de stress, d'anxiété, d'insécurité
- ▶ Evaluer mes stratégies en situations d'urgence ou/et de pression

CANALISER LE STRESS ET LES ÉMOTIONS

- ▶ Agir sur les causes personnelles et institutionnelles du stress
- ▶ L'émotion s'imprime ou s'exprime – comment ça marche ?
- ▶ Être à l'écoute de mes réactions et en percevoir le sens
- ▶ Accueillir et canaliser les émotions de nos collègues ou proches
- ▶ Derrière nos débordements, chercher nos besoins humains vitaux

SE SERVIR DU STRESS ET DES ÉMOTIONS POUR AGIR ET REAGIR

- ▶ Dépasser la peur, oser dire sans peur ni agressivité
- ▶ Faire face à l'agressivité et à la violence
- ▶ Vérifier la cohérence d'intervention et construire des solidarités
- ▶ Expérimenter des postures et stratégies efficaces et protectrices

ORGANISATION

📅 DATES

10-11 octobre
de 8h45 à 16h30

📍 LIEU

à LA POSSESSION

Centre social Nelson Mandela

🕒 DURÉE

2 jours consécutifs
14h de formation

💰 TARIF

Entreprises : 400 €
Education Nationale
à négocier selon barème Ed. Nat.
Individuels : 150 €
(à négocier selon vos possibilités)

📝 INSCRIPTIONS

Sur Internet
en [téléchargeant ce formulaire](#)

📞 CONTACT

Marc THOMAS
Dirigeant de Compétences relationnelles
mthomas@competences-relationnelles.com
Tél. 06 93 41 96 62

Adresse postale :
Le Grand Bleu B6
3 Chemin Ferme Avicole – B6
97419 LA POSSESSION

[Téléchargez ici la FEUILLE D'INSCRIPTION](#)

Compétences relationnelles est un organisme de formation professionnelle enregistré sous le n° 98 97 04280 97
Les formations peuvent donc être financées sur les fonds de la Formation Professionnelle Continue des entreprises.