

PRATIQUER LA BIENTRAITANCE AU QUOTIDIEN

DATE DE RÉDACTION DU PROGRAMME

25/05/23

COMPÉTENCE VISÉE

Amélioration des pratiques professionnelles

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Objectif général :

- Appréhender le concept de bienveillance et à l'appliquer au quotidien
- Comprendre le corps et les émotions
- Reconnaître l'état de son système nerveux

PUBLIC ET PREREQUIS

Salariés du médico social (cadres, infirmiers, aides soignants....)
Aucun pré-requis

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Modalités d'accès : L'accès à nos formations peut être initiée, soit par l'employeur, soit à l'initiative du salarié avec l'accord de ce dernier, soit à l'initiative propre du stagiaire.

Les inscriptions se font par email auprès de contact@etincelle-theatre-forum.com

Délais d'accès : pour les interventions en intra, nous convenons ensemble de la période de formation
Pour les interventions en inter : les inscriptions se font au moins 21 jours avant la date annoncée sur le site.

Nous aménageons le contenu de la formation pour les personnes en situation de handicap : merci de nous contacter en amont.

CONTENU

- Définir la bienveillance

- Repérer la place de la bienveillance au quotidien
- Repérer les « violences douces » dans la gestion du quotidien et la place des émotions
- Identifier les actes qui peuvent faire violence
- Le corps et les émotions : la contagion émotionnelle, en prendre conscience et pratiquer une hygiène émotionnelle
- Explorer la communication non-verbale dans la relation : toucher, gestes, sons...
- Reconnaître l'état de son système nerveux (sympathique, dorsal, ventral) et explorer comment sortir de la réaction.

Ce programme est donné à titre indicatif. Etincelle se réserve le droit de modifier et d'ajuster les contenus afin de répondre au mieux à l'objectif de la formation, et pour s'adapter aux avancées du groupe.

APPROCHE PÉDAGOGIQUE ET OUTILS

L'approche proposée s'appuie sur l'analyse systémique dans laquelle l'attention est portée plus particulièrement sur les interactions entre les individus. Les participants sont conviés à ne plus considérer autrui comme agissant à partir de son seul moteur intérieur, mais en relation avec son entourage. En prenant conscience de l'impact de leurs attitudes sur autrui, les participants font évoluer leurs représentations et développent leurs compétences relationnelles. Les démarches et outils proposés s'inspirent de différentes méthodes : communication Non Violente, méthodes de résolution de conflit gagnant-gagnant, mises en situation utilisant les principes du Théâtre-forum.

A partir des faits, des ressentis, des valeurs et des besoins de chacun, il s'agit de construire des solutions partagées qui prennent en compte chacun. Les techniques d'animation utilisées permettent de favoriser des échanges constructifs et une intelligence collective.

En présentiel

Possibilité d'aménager le contenu de la formation pour les personnes en situation d'handicap : merci de nous informer en amont.

A l'issue de la formation, un certificat de réalisation sera délivré à chacun des participants.

Nos formations intègrent, en fonction des besoins :

Page 2/3

Modèle – Version 5 du 29/03/23

MÉTHODES MOBILISÉS ET MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Des exercices de relaxation et de communication favorisant une meilleure conscience de ses représentations, de ses sensations et de ses émotions
- Des mises en situation développant la capacité d'observation et la prise de recul,
- Des temps d'échanges et d'analyse collective,
- Du théâtre-forum pour favoriser la résolution constructive et créative des tensions,
- Des apports conceptuels qui viennent clarifier les difficultés rencontrées et les pistes de solutions.

Modalités d'évaluations

En fin d'action, bilan écrit à chaud avec les participants, incluant une auto-évaluation, puis à froid avec le commanditaire.

Durant la.les sessions de formation, le/les formateur.trice.s proposent aux stagiaires, à l'oral, des points réguliers d'auto-évaluation de leurs connaissances.

EFFECTIF STAGIAIRES

Entre 6 et 18 personnes

ENCADREMENT DE LA FORMATION

La formation sera encadrée par 1 à 2 intervenants formateurs-comédiens de l'organisme de formation Etincelle, selon les besoins et la taille du groupe.

Pour connaître les références d'Etincelle : <http://etincelle-theatre-forum.com>

DURÉE

4 jours de 7h00 soit 28h00 de formation

LIEU

Salle mise à disposition par le commanditaire = pour des besoins pédagogiques et sanitaires : la salle doit permettre d'offrir un espace de 2,50 m2 par participant, et les tables doivent pouvoir être bougées.

TARIF

Selon la taille et les besoins du groupe : entre 700 et 1800 euros la journée soit entre 2800 euros et pour la session de 4 jours (tarif HT)