

L'intelligence émotionnelle au service des soignants

CONTEXTE

Daniel Goleman dans « l'intelligence émotionnelle » nous explique que l'équilibre psychologique et émotionnel préserve notre bien-être. Il explique également que quand nous sommes sous l'emprise de nos émotions notre intelligence nous est inutile, ainsi le problème n'est pas l'émotion mais la façon de la vivre et d'y réagir. C'est à dire notre façon d'entrer en rapport avec elle. Dans la dynamique de l'intelligence émotionnelle l'enjeu est de comprendre comment et pourquoi notre intelligence peut être en harmonie avec nos émotions, en elle-même cette compréhension pourra s'avérer bénéfique. Cette conception élargie de l'intelligence attribue un rôle de premier plan aux émotions dans notre aptitude à gérer notre vie pour entretenir de bonnes relations avec nos proches, nos collègues ou les personnes auxquelles nous apportons des soins.

Nous vous proposons durant cette formation d'apprendre à entrer en relation différemment avec vos émotions afin de vous préserver de l'épuisement et de prendre appui sur elles pour ne plus les subir. Ces nouveaux apports vous permettront également de mieux prendre en compte les émotions d'autrui.

PUBLIC CONCERNE: Aides-soignants et aides-soignantes qui souhaitent développer des nouvelles compétences en intelligence émotionnelle

PRE REQUIS: Aucun

FORMATRICE: Sophrologue spécialisée dans l'accompagnement des émotions, accompagnement de la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer, praticienne en Relation d'Aide et en C.N.V, formatrice.

OBJECTIF DE LA FORMATION

Identifier et réguler ses émotions pour vivre en harmonie avec celles-ci et être à même d'accueillir celles d'autrui

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Identifier et reconnaître les marqueurs sensoriels des émotions pour les réguler
- Reconnaître et être à l'écoute des messages sous-jacents
- Être à même de verbaliser ses émotions de façon adaptée pour apaiser une relation
- Acquérir des outils pour développer sa capacité à se positionner dans l'intelligence émotionnelle

DEROULE DE LA FORMATION

Matin

- Présentation de la journée de formation, des objectifs et recueil des attentes des participants

- Questionnement qui ouvre le champ professionnel sur l'intelligence émotionnelle en lien avec le métier de soignant
- Réflexion et atelier pratique en sous-groupes sur les marqueurs sensoriels
- Pratiques quotidiennes adaptées pour les réguler
- Exploration et identification participative des messages sous-jacents des émotions

Après midi

- Comment verbaliser ses émotions de façon adaptée pour apaiser une relation ? Apports et mise en application
- Étude de cas concret sur les émotions
- Présentation et exploration des outils pour développer ses capacités en intelligence émotionnelle

Evaluation à chaud

Post test

DUREE

- 7 heures en présentiel ou distanciel / en intra

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Pédagogie interactive et participative.
- Echanges au sein du groupe
- Questions/réponses

DELAIS D'ACCES Aucun

N'hésitez pas à nous faire connaître vos besoins spécifiques en contactant notre référent handicap:

Christine DECLERCQ - c.declercq@niceoevent.com