

FICHE PEDAGOGIQUE

Prendre conscience de ses émotions dans ses relations professionnelles :
un autre atout pour manager autrement et optimiser la qualité des soins du patient

OBJECTIFS DE FORMATION

Vous êtes professionnels de santé « médecin, cadre de santé, soignant, ... » et vous occupez un poste qui offre des opportunités et des responsabilités

Vous aimeriez comprendre vos émotions et celles de vos patients pour mieux les accompagner

Vous souhaitez sortir des situations de blocage pour oser et aider le patient à gérer ses propres freins

→ **Cette formation vous permet d'être capable d'identifier, exprimer vos émotions et accueillir celles des autres dans la perspective de les transformer en émotions positives.**

Modèle pédagogique :

- Méthode déductive affirmative et interrogative : apports théoriques + mises en application
- Méthode inductive active et expérientielle : jeux de rôle / ateliers + mises en commun des apprentissages

Durée : 7h

2. INTRODUCTION / CONTEXTE

Le lieu de travail peut être un écosystème exigeant, générateur de stress qui exacerbe les émotions négatives comme la peur, l'angoisse, la colère, la tristesse. Ces tensions provoquent un épuisement physique et psychologique chez les professionnels de santé.

Comment le soignant peut-il alors aider un patient en détresse émotionnelle ?

Quelles sont les outils disponibles au soignant pour accompagner une personne dans son état psychique du moment ?

3. PUBLIC CIBLE DE LA FORMATION

Public concerné :

Tout public souhaitant gagner en confiance, affirmation de soi et bien-être au travail.

Prérequis :

Cette formation ne nécessite aucun prérequis.

NICEO Formation,

FICHE PEDAGOGIQUE

4. OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Cette formation fait partie d'un projet mobilisateur orienté vers le développement de l'intelligence émotionnelle et vous donne les outils pour :

- Mieux vous connaître pour mieux soigner
- Comprendre comment fonctionnent les émotions
- Développer votre conscience émotionnelle
- Mieux vivre vos émotions, mieux comprendre celles de vos collaborateurs, de vos patients
- Développer une communication efficace
- Agir de façon constructive et optimiser vos compétences relationnelles
- Gagner en efficacité personnelle
- Renforcer votre leadership

5. PROGRAMME DETAILLE

➤ **Comprendre ce qu'est l'intelligence émotionnelle.**

- Définir les points clés de l'intelligence émotionnelle
- La palette des émotions et leur utilité
- Comment se construit une émotion et le mécanisme du cerveau
- Les 5 composantes de l'intelligence émotionnelle et le QE

➤ **Faire émerger son intelligence émotionnelle.**

- Développer son vocabulaire émotionnel
- Identifier le rôle des émotions dans ses comportements
- Utiliser ses émotions pour s'affirmer sereinement et développer la confiance en soi.
- Respecter l'autre et ses émotions

➤ **Comprendre et gérer son stress efficacement.**

- Qu'est-ce que le stress ? Établir le lien entre émotions et stress
- Les différentes formes et sources de stress
- Détecter et apprivoiser son stress
- S'affirmer dans des situations stressantes en utilisant son intelligence émotionnelle

FICHE PEDAGOGIQUE

- **Transformer le stress et les émotions en levier d'action pour mieux communiquer.**
 - Prise en compte de l'autre et écoute active
 - Capacité à personnaliser sa relation à l'autre et déterminer, identifier sur quel canal communiquer.

6. ORGANISATION

Moyens pédagogiques et techniques :

- Paperboard
- Vidéos
- Études de cas
- Jeux de rôles
- Support et jeux pédagogiques
- Powerpoint

Dispositif de suivi et d'évaluation des résultats de la formation :

- A la fin de la séquence, le stagiaire n'a plus de questions
- QCM
- Les jeux de rôles et les exercices réalisés tout au long de la formation permettant de mesurer la progression de chaque stagiaire
- Test EQ-I 2.0 à la demande