

# LA JUSTE PLACE DE L'EMOTION DANS L'ACCOMPAGNEMENT SOCIOPROFESSIONNEL



## COMPRENDRE-ACCUEILLIR-OSER EN PARLER-INTEGRER A L'ACCOMPAGNEMENT

### Objectifs

- Savoir repérer les émotions qui sont en jeu chez nous, accompagnateurs et accompagnatrices
- Savoir identifier les émotions en jeu chez les personnes accompagnées
- Savoir comment réagir face à des situations de fortes émotions
- Comprendre les liens entre émotions et comportements de la personne accompagnée
- Identifier quelques expériences simples à proposer aux bénéficiaires pour leur permettre de mieux gérer les émotions à la source de blocages

### Contenu

#### Replacer les émotions dans le contexte global de l'accompagnement

- Comprendre la place et le rôle de l'émotion dans les rapports avec les autres en général
- Replacer le rôle et les représentations dans une perspective historique, culturelle et sociétale
- Identifier comment cette place a évolué et comment se préfigure son évolution, notamment sous l'effet de la technologie
- Mesurer les enjeux associés aux émotions dans l'insertion sociale et professionnelle au travers des notions de savoir-être et d'intelligence émotionnelle

#### Comprendre les émotions

- Emotion, sentiment, sensation, ressenti, intuition : de quoi parle-t-on ?
- Le regard des neurosciences sur les émotions
- Comprendre dans nos comportements ce qui relève de la décision ou d'automatismes inconscients, savoir sur quoi on peut agir.

#### Savoir repérer et exprimer ses émotions

- Apprendre à repérer l'émotion chez soi et chez les personnes accompagnées
- Identifier les signes des émotions d'arrière-plan, des émotions primaires et des émotions sociales
- Identifier quelques outils concrets de repérage individuels et collectifs
- Comprendre l'importance de savoir exprimer ses émotions pour développer son potentiel mais aussi pour éviter les somatisations

#### Gérer les émotions

- Comprendre ce qu'on entend par gérer ses émotions pour mettre son énergie au bon endroit
- Les tentatives de gestion vouées à l'échec et la symptomatologie associée
- Identifier le processus qui permet de bien réguler ses émotions
- De la gestion de l'émotion au travail sur soi : apprivoiser ses émotions et faire bon usage de sa raison

#### Emotion et accompagnement

- Importance d'une bonne gestion de ses propres émotions pour adapter sa posture d'accompagnement
- Comment communiquer autour de ses émotions et de celles de la personne accompagnée ?
- Faire face aux situations délicates
- Les émotions de la personne et l'avancement de ses projets
- Comprendre les blocages émotionnels

**Public :** Professionnel-les amené-es à accompagner des publics dans leur parcours sociaux ou professionnels

**Pré-requis :** Non

**Modalités :** Formation en présentiel



### Méthodes pédagogiques et évaluation

- Apports méthodologiques,
- Mises en situations et échanges de pratiques, à partir de cas apportés par l'animateur et de situations proposées par les stagiaires
- Un support écrit complet est remis pendant la formation,
- Evaluation en cours et fin de formation, et 2 mois après.

### Intervenants (selon les dates)

- Jean-Luc Thibault, Lucile Havet, Soizic Reverdiau, Armelle Diome
- Consultants et formateurs, coaches.

**Durée :** 3 jours – 21 heures

**Inter :** consultez notre site

**Intra pour votre équipe :** Contactez-nous

**Code stage :** 02A01