



Cycle de journées-ressources

Un rendez-vous,

- pour nourrir le besoin de recul, d'écoute, d'expression et d'échange propre à tout professionnel des métiers de la relation d'aide,
- pour ancrer les outils de communication, de gestion du stress dans l'action quotidienne, renforcer la cohésion d'équipe et assurer la qualité de l'accompagnement des personnes aidées.

Objectifs

Approfondir l'acquisition de techniques corporelles

pour se détendre, se recentrer, se concentrer

Apprendre à les exercer plus souvent au cours de la journée

Vérifier l'efficacité des outils choisis pour maintenir et optimiser la qualité d'écoute

Renforcer sa sécurité

Comprendre les mécanismes d'un comportement agressif pour y faire face

Développer la capacité à identifier rapidement la source d'une tension ou d'un conflit

Cultiver l'expression de soi et la communication

Développer la flexibilité, la responsabilité et la créativité dans les échanges

Echange et analyse autour des pratiques et des situations rencontrées

Contenu

- Exercices de respiration, de relaxation, mouvement
- Exercer sa capacité à se recentrer, se concentrer, à retrouver son aisance dans un contexte de stress par des mises en situation
- Renforcer l'estime de soi et exercer la confiance en soi et la confiance en l'autre à travers des jeux
- Ancrage des ressources existantes
- Stratégies face aux comportements agressifs
- L'exercice de la lenteur appui de la bienveillance pour soi et la personne aidée
- La communication non violente
- Co-développement – voir annexe
- Tous les thèmes abordés seront en permanence reliés aux situations rencontrées sur le terrain
- Echanges, analyse autour des situations rencontrées sur le terrain
- Pont sur le futur

Matériel à prévoir

Par l'organisme demandeur :

Une salle d'environ 60m², une chaise par participant, un paperboard.

Par chaque participant :

Une tenue confortable, de quoi écrire, 2 couvertures.

Contact

Chantal Sergent

04 90 77 60 14 / 06 70 61 76 83

Animation

Chantal Sergent, intervenante spécialisée dans l'accompagnement des professionnels de la relation d'aide.

Modalités

Nombre de participants : 8 à 12

Coût de la journée : 1200 €

Nombre de journées : à la demande

Dates : à la demande

Méthode d'évaluation

A chaud :

- A la fin de la première journée un rapide retour sera fait à un cadre sur place.
- Le dernier jour du cycle de journées l'évaluation sera faite par :
 - un questionnaire d'évaluation pour chaque participant.
 - un tour de table avec recueil par la formatrice des évaluations de chacun oralement.

A court terme :

Une évaluation globale reprenant le recueil des évaluations des participants le dernier jour de la formation et la conclusion de la formatrice seront envoyées à la personne responsable de la formation (DRH, directeur).

- A long terme :

Un échange téléphonique aura lieu quatre mois après la fin du cycle entre le formateur et la personne en charge de la formation, pour faire le point sur les applications faites de la formation.

Annexe

La technique du Co-développement

Le Co-développement est une méthode d'origine canadienne, créée et mise au point il y a une quinzaine d'années par A. Payette et C. Champagne. Le groupe de co-développement professionnel est une approche de développement pour des personnes qui croient pouvoir apprendre les unes des autres afin d'améliorer leur pratique.

Cette démarche innovante aide les professionnels à progresser dans leurs pratiques et à se développer individuellement et collectivement, en favorisant la coopération et la valeur de l'intelligence collective.

Elle met l'être humain au centre pour co-crée, résoudre des problématiques ou porter des projets. Ainsi nous partons des problématiques du terrain, des préoccupations ou des projets pour y apporter des solutions.

La Communication Non Violente (CNV) :

Elle est la traduction d'une marque déposée.

C'est un langage élaboré par Marshall B. Rosenberg, psychologue américain. Selon son auteur, ce sont « le langage et les interactions qui renforcent notre aptitude à donner avec bienveillance

et à inspirer aux autres le désir d'en faire autant ». L'empathie est au coeur de ce processus de communication initié dans les années 1970, point commun avec l'approche centrée sur la personne de Carl Rogers.

Chantal Sergent, danseuse, enseignante de yoga, formée à la communication non violente, spécialisée dans l'accompagnement des professionnels des secteurs sanitaire et médico-social, du travail social et du service d'aide à la personne.

Son accompagnement est innovant par la place donnée à l'expérimentation et à la créativité et dans certaines formations par la participation des personnes accueillies.

Les formations sont centrées sur les thèmes de la communication, de la prévention des risques psycho-sociaux et du travail en équipe. Les principaux partenaires de Danse Harmonie/DH Formation sont les institutions du secteur sanitaire et médico-social (les hôpitaux, les EHPAD, les Maisons d'Accueil spécialisées), les travailleurs sociaux, les entreprises du service d'aide à la personne- maintien à domicile. Elle a des partenariats avec l'Assistance Publique, la Carsat Sud-Est, APF Formation, Uniformation Aquitaine.