

## FORMATION

# Identifier les différentes émotions pour mieux accompagner les personnes

### Objectifs

A l'issue de la formation, le participant devra être capable de:

- ◇ Développer la conscience des émotions qui nous habitent
- ◇ Identifier les émotions des personnes accompagnées avant d'intervenir et les besoins qu'elles traduisent
- ◇ Passer d'une réaction impulsive à une action adaptée à la situation et aux personnes en présence
- ◇ Apprendre à exprimer un message difficile, conseiller, donner un feed-back en s'adaptant à l'interlocuteur
- ◇ Développer l'écoute active, accueillir et comprendre avant de proposer des conseils et des solutions
- ◇ Repérer l'impact sur soi de l'écoute de l'autre et les conséquences sur l'accompagnement

### Public

Cette formation est proposée à toute structure désireuse de développer au sein de son équipe une meilleure écoute et une meilleure prise en compte des enjeux actifs dans les processus relationnels.

Aucun pré-requis n'est exigé.

Cette formation s'adresse à un groupe de 4 à 12 personnes maximum.

Nous contacter si le groupe dépasse ce seuil.

### Contenu

- ◇ La distinction entre pensées, sentiments et comportements
- ◇ Les sentiments et les émotions, leurs manifestations et les besoins liés
- ◇ L'émotion comme indicateur d'un besoin
- ◇ L'empathie, le « message je » (Méthode Gordon)
- ◇ De la plainte à la demande (Communication Non Violente)
- ◇ Les positions de vie
- ◇ Les signes de reconnaissance

### Modalités pédagogiques

- ◇ Encadrement par une praticienne formée aux techniques de communication dont la CNV
- ◇ Analyses à partir de situations vécues par les participant(e)s
- ◇ Apports théoriques illustrés d'exemples
- ◇ Exercices pratiques

### Modalités d'accueil

Les dates et horaires seront à déterminer en fonction de vos disponibilités et de celles du formateur.

La formation peut se dérouler au sein de votre structure ou dans nos locaux à Grande-Synthe.

Pour toute demande de devis détaillé, contactez-nous  
au 03.28.29.87.58 ou par mail à: [aladho-secretariat@orange.fr](mailto:aladho-secretariat@orange.fr)  
Nous reprendrons contact avec vous pour échanger sur  
vos attentes et adapter la formation à vos besoins.