

Formation

« Gestion des émotions dans le travail en équipe »

- **Contexte et objectif général**

Le travail en équipe nécessite une prise en compte efficace des enjeux émotionnels des échanges. En effet, que l'équipe soit en situation de réussite ou en difficulté en raison de conflits chroniques, différentes émotions se manifestent : peur, joie, tristesse, colère, culpabilité. Il s'agit alors pour les membres de l'équipe d'apprendre à nommer, à valider et à cadrer l'émotion. Une attention particulière sera accordée aux émotions générées par le conflit. Cette formation a une fonction préventive de l'épuisement professionnel (ou « burn-out »).

- **Objectifs pédagogiques**

A l'issue de la formation, les stagiaires seront capables :

- d'utiliser des outils de gestion des émotions en contexte professionnel
- d'utiliser des outils de gestion des émotions dans le conflit

- **Public visé**

Équipes

- **Pré-requis**

Aucun

- **Modalités et délais d'accès**

Selon un devis et selon les besoins du client

- **Accessibilité aux personnes handicapées**

Le client met à disposition un local et joint à la convention, sous peine d'annulation, une attestation avec justificatif sur la conformité de ce local aux lois et règlements applicables aux établissements recevant du public. Concernant tout autre disposition, l'association reste à l'écoute pour la mise en place d'un dispositif spécifique.

- **Outils pédagogiques**

L'atelier est une modalité pédagogique qui permet la mise en pratique constante des apports théoriques. Grâce à l'étude de situations, à des jeux de rôle, à des exercices, les stagiaires peuvent expérimenter les nouvelles connaissances et compétences qui leur sont présentées.

Un support est remis à chaque participant. Il constitue une trace écrite des contenus et peut être utilisé comme un carnet de bord.

- **Programme détaillé**

Identifier des outils de gestion des émotions en contexte professionnel

- Point de vigilance : différencier la gestion des émotions dans le contexte professionnel et dans le cadre thérapeutique

Association L'Axant
Le Bourg
43 380 CERZAT
06 73 64 99 37
association.laxant@free.fr

- Identification des émotions de base et des besoins reliés : « alphabétisation émotionnelle » (Claude Steiner)
- Apport de connaissances sur la gestion des émotions dans une équipe :
 - a) le risque des accumulations émotionnelles
 - b) l'expression adéquate des émotions en contexte professionnel
 - c) nommer, valider et cadrer l'émotion grâce au recadrage (prise en compte de ce qu'il y a de positif dans l'attitude de l'interlocuteur pour entrer efficacement en relation) et à la méta-communication (capacité à parler du processus de l'échange)

Utiliser des outils de gestion des émotions dans le conflit

- Mise en situation : exercice d'évaluation individuelle des points sensibles relationnels ou « irritants »
- Identification et gestion des amorces caractéristiques de conflit et des émotions reliées :
 - a) « oui, mais... », « comment voulez-vous que je.... »
 - b) présentation des émotions liées au conflit

- **Évaluation**

L'évaluation est conçue comme un bilan des connaissances et compétences et elle est effectuée au terme de chaque journée de formation.

A l'issue, une attestation individuelle de formation présentant le résultat des acquis est délivrée à chaque stagiaire.

- **Formatrice**

Ouardia TOUAHRI, professeur agrégé, formatrice d'enseignants en formation initiale et formation continue, psychopraticienne formée et supervisée en Analyse Transactionnelle, responsable de la formation professionnelle continue pour l'association L'Axant

- **Modalités pratiques (durée, dates, horaires, taille du groupe, lieu)**

Durée : 1 journée (7 heures de formation)

Dates et horaires : à fixer conjointement avec l'organisme demandeur de la prestation

Taille du groupe : de 4 à 8 participants

Lieu : local à fournir par l'organisme demandeur de la prestation

- **Tarifs et modalités financières**

150 euros net de TVA par personne et par journée.

Préalablement à tout versement, un exemplaire du Règlement Intérieur de L'Axant est remis à l'organisme demandeur de la prestation ainsi qu'à chaque stagiaire.

Mise à jour : septembre 2021