

PROGRAMME DE FORMATION

L'intelligence émotionnelle, une compétence à développer chez le futur professionnel

Votre contact

Tél : 03.20.04.73.49
Mail : contact@formation-partenaires.fr

Durée

3.00 jour(s)
21:00 heures

Public

Equipe pédagogique, formateurs/trices en Institut de formation aux métiers de la santé (IFSI, IFAS...), cadres supérieurs, directeurs/trices, documentaliste

Participants

Mini : 6 p. Maxi : 12 p.

Objectifs de la formation

- Décrypter et s'approprier les principes et spécificités du nouveau référentiel de formation
- Appréhender le concept d'intelligence émotionnelle, pour développer la capacité à reconnaître, comprendre, gérer et utiliser efficacement les émotions
- Développer des compétences émotionnelles pour optimiser sa pratique professionnelle
- Construire un dispositif pédagogique permettant aux étudiants de développer des compétences psychosociales, notamment émotionnelles

Programme

- La réingénierie des formations aux métiers de la santé (IDE, AS...) : enjeux en termes de développement de compétences professionnelles, notamment émotionnelles
- Classification et compréhension des compétences psychosociales : cognitives, émotionnelles et sociales
- Le concept d'émotion : qu'est-ce qu'une émotion ?
- Les émotions de base, les grandes catégories d'émotions
- Détour par les neurosciences : notion de maturité émotionnelle, évolution émotionnelle avec l'âge...
- La marche des émotions : chaos ou succession d'états ? Les deux phases de l'émotion
- Emotion collective vs émotion individuelle
- Peut-on agir sur ses émotions ?
- L'intelligence émotionnelle : reconnaître, identifier et gérer nos émotions et celles des autres
 - Les 5 composantes de l'intelligence émotionnelle selon Daniel Goleman
- Les compétences émotionnelles :
 - Les 25 compétences émotionnelles de base selon Daniel Goleman
 - Les 10 compétences émotionnelles pour développer son intelligence émotionnelle d'après le modèle scientifique de Moïra Mikolajczak
 - Comment mettre des mots sur vos émotions : exercice pratique
 - Comment analyser son état émotionnel ? Valence, intensité, manifestations
 - Comment identifier et gérer vos déclencheurs émotionnels ?
 - Exercice pratique : observer ses émotions
 - Test : *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS)
 - Trois techniques de psychologie pour booster son intelligence émotionnelle : autoévaluation, tests d'habiletés émotionnelles, regard des autres (miroir révélateur)
- L'intelligence émotionnelle au travail : 4 domaines et 18 compétences :
 - Résultats de recherche : intelligence émotionnelle faible et autoritarisme, flexibilité émotionnelle...
- Focus sur l'hyperémotivité
- Les émotions et le développement de l'assertivité

- La posture du formateur : accompagnant, médiateur... Le suivi pédagogique personnalisé
- Des pistes pour acquérir une pleine conscience de ses émotions : méditation, microméditation... Exercices pratiques
- Analyse des pratiques pédagogiques à partir du vécu et de l'expérience des participants à la formation
- Création d'un plan d'action pour construire un dispositif pédagogique permettant aux étudiants de développer des compétences psychosociales, notamment émotionnelles

Méthodes et supports

- Méthodes pédagogiques actives : tour de table, créaplan, brainstorming, réveil pédagogique, vidéolearning, photoexpression, nuage de mots...
- Gamification/autoévaluation : quiz type Kahoot®, Wooclap®...
- Analyse des pratiques pédagogiques (APP)
- Ateliers de groupes
- Support PPT projeté
- Livret participants

Prérequis

Aucun

Modalités de positionnement et d'évaluation :

- au début de la formation, un questionnaire de connaissance est adressé au stagiaire afin d'apprécier ses acquis. Les réponses à ce questionnaire sont le point de départ d'un travail de mise en commun ;
- au cours de la formation, de nombreux exercices, études de cas ou mises en situations permettent aux apprenants d'assimiler les savoirs et savoir-faire et au formateur d'appréhender, à l'aide d'indicateurs, si ces savoirs et savoir-faire sont à la fois acquis (ou en cours d'acquisition) et correctement mis en œuvre par les personnes formées.
- en fin de formation les participants sont invités à compléter une fiche « évaluation » leur permettant d'exprimer leurs appréciations et de faire état de leurs acquis vis-à-vis de l'action de formation.

A l'issue de la formation, FORMATION PARTENAIRES délivrera, en fonction notamment des retours sur l'évaluation des acquis, une attestation de fin de formation.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Les aménagements du dispositif pédagogique utiles à la compensation du handicap seront étudiés sur demande par notre référent handicap, en liaison avec le Centre Ressource Formation Handicap.