

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

"Les compétences psychosociales sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne (...) les compétences psychosociales ont un rôle important dans la promotion de la santé et du bien-être physique, mental et social".

- ♦ Identifier les CPS comme leviers dans la relation d'aide et d'accompagnement
- ♦ Renforcer ses CPS à travers l'expérimentation d'outils et le partage d'expérience
- ♦ Développer une communication bienveillante

Information Handicap : Nos formations peuvent être accessibles aux personnes en situation de handicap. Chaque situation étant unique, nous vous demandons de préciser à l'inscription votre handicap. Nous pourrons ainsi confirmer l'ensemble des possibilités d'accueil et vous permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions en accord avec votre employeur.

PROGRAMME

Les compétences psychosociales

Présentation autour d'une connaissance partagée
L'alphabet des CPS

La conscience et la connaissance de soi

Nos forces et nos limites : le carnet des forces
La maîtrise de soi : le message Je
Les décisions créatives : la pause constructive

Le processus émotionnel

Le monde des émotions : je reconnais l'émotion
La gestion du stress : le bon outil

La communication constructive

L'écoute empathique : mise en situation
La communication bienveillante

COMMUNICATION ET COMPETENCES PSYCHOSOCIALES

Date : 2026

Lieu : A définir

Durée : 7 heures soit 1 jour.

Publics : tous publics

Prérequis : Pas de prérequis

Tarif : Nous contacter

Compétences visées :

- ♦ Accompagner les personnes à réguler leurs émotions et les différentes tensions.
- ♦ Utiliser les ressources ludiques existantes pour être autonome et responsable.

Attestation de formation : Chaque participant reçoit une attestation de fin de formation.

Ressources pédagogiques : Fiches pratiques

Formateurs : Les apprenants sont encadrés par une formatrice qualifiée dans le domaine de la formation professionnelle d'adultes.

Moyen de suivi : Emargement par demi-journée contre signé par les formateurs

Dispositif d'évaluation :

Quiz et étude de cas
Jeux pédagogiques de reformulation.
Questionnaires de satisfaction

MOYENS PEDAGOGIQUES

Le formateur dispose de tout le matériel nécessaire au bon déroulement de la formation :

- ♦ Jeux pédagogiques
- ♦ Mise en situation
- ♦ Etude de cas

METHODES PEDAGOGIQUES :

- ♦ L'organisme pratique une pédagogie active et participative.
- ♦ Les méthodes utilisées facilitent l'implication et l'apprentissage.
- ♦ L'interaction individuelle avec le groupe encourage l'intelligence collective
- ♦ Ensemble pour :
Installer la Confiance
Développer la Créativité
Instaurer la Coopération

Intervenante :

Zélia NIRLO et Véronik MAHE



Taux de satisfaction : 96%