

Programme Formation

Intelligence émotionnelle : les émotions au service de l'efficacité professionnelle

Jour 1 : Fondements, Bien-être et Conscience de Soi

Matin : Intelligence émotionnelle, sensorielle et bien-être

- **Comprendre les enjeux** : Définition de l'IE et son rôle crucial dans les métiers du soin et du handicap.
- **Le lien avec le bien-être** : Comment la reconnaissance des émotions (les siennes et celles de l'autre) prévient la maltraitance ordinaire et favorise un accompagnement de qualité.
- **Particularités du secteur** : Analyse des charges émotionnelles spécifiques en gérontologie et handicap (fin de vie, troubles du comportement, communication non-verbale).

Après-midi : Identifier et décoder les signaux (Émotions et Sens)

- **L'atelier des émotions** : Identifier les émotions fondamentales, leurs besoins associés et leurs déclencheurs professionnels.
- **Approche sensorielle** : Comprendre comment les perceptions sensorielles (bruit, toucher, environnement visuel) influencent l'état émotionnel des résidents et des professionnels (notion de "médiation sensorielle" pour apaiser ou stimuler).
- **Étude de cas** : Analyse d'une situation de refus de soin sous l'angle du vécu émotionnel et sensoriel du résident.

Jour 2 : Médiation, Régulation et Pratiques Collectives

Matin : Techniques de régulation et médiation sensorielle

- **Réguler pour agir** : Techniques de recentrage, de respiration et de prise de recul face à l'agressivité ou la détresse.
- **Outils de médiation sensorielle** : Utiliser des supports sensoriels (musique, toucher relationnel, environnement Snoezelen) comme levier de régulation émotionnelle mutuelle.
- **Prévention de l'épuisement** : Développer la résilience professionnelle pour préserver son équilibre.

Après-midi : Habiletés sociales et intelligence collective

- **Développer ses habiletés sociales** : Pratiquer l'écoute active, l'empathie et la communication non-verbale pour désamorcer les tensions avec les familles ou les résidents.
- **Communication constructive** : Gérer les situations sensibles et les mécontentements par une posture affirmée et bienveillante.
- **Intelligence émotionnelle collective** : Renforcer la coopération au sein de l'équipe (EHPAD, FAM, MAS) pour créer un climat relationnel positif et prévenir les conflits interprofessionnels.
- **Qualité de vie au travail** : Renforcer la confiance, les échanges et l'écoute des autres par la coopération.