

# Développer et Accompagner l'intelligence émotionnelle de l'enfant, adolescent et étudiant

*A partir d'une vision globale de l'être humain, développer ses capacités à apaiser les tensions, à guider l'enfant vers un mieux-être. Faciliter la reconnaissance et l'expression des besoins, des émotions, pour développer une communication bienveillante, acquérir des outils pour désamorcer les crises.*

**Durée:** 12.00 heures (2.00 jours)

### Profils des stagiaires

- professeurs des écoles

### Prérequis

- aucun

### Accessibilité

- Possibilité d'aménager la formation en fonction de votre situation de handicap et/ ou difficultés. Merci de nous consulter au préalable afin d'identifier les aptitudes et contraintes liées aux handicaps au regard des différentes composante de l'environnement de formation

## Objectifs pédagogiques

- Mieux communiquer
- Expérimenter et acquérir des outils favorisant:
- Le développement, l'intelligence émotionnelle
- L'approfondissement de la connaissance de soi
- La construction, une communication bienveillante

## Contenu de la formation

- L'intelligence émotionnelle
  - Repérer les émotions
  - Comprendre leurs fonctions
  - Les gérer pour soi et accompagner autrui
- Les besoins
  - Se relier à ses besoins
  - Et aider les autres à les nommer
- Gestion du stress
  - Approche émotionnelle et corporelle
- Prévenir et gérer les conflits en s'appuyant notamment avec les outils de la Communication Non Violente
- L'estime de soi chez l'enfant: mieux se connaître
- Expérimenter des outils, jeux corporels, activités diverses adaptés aux enfants
- Echanges autour des techniques et exercices proposés

# Court'Echelle

11 rue du Béarn

65700 SOMBRUN

Email: courtechelle@gmail.com

Tel: 0562960697 - 0630265389



## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

**Formatrice : Mme Marie SAINT GEORGES**

Marie SAINT GEORGES intervient en tant que relaxologue depuis des années dans les établissements scolaires et les entreprises. Elle propose des ateliers et/ou formations avec deux grands axes: la connaissance de soi et la communication.

### Moyens pédagogiques et techniques

- Notre méthode est tirée de l'expérience. Les apprenants vont découvrir tout au long de la formation différents outils qu'ils vont expérimenter, vivre. Nous nous appuyons sur les compétences de chacun afin qu'il puisse les valoriser.
- Alternance entre théorie et pratique.
- Mises en situation, exercices pratiques et jeux de rôles.
- Temps de réflexion, discussion, échanges.
- En lien avec la situation professionnelle des stagiaires, mis en pratique entre les journées de formation.
- Support pédagogique remis aux stagiaires lors de la formation.
- Coopérer au sein d'une équipe et plus largement avec la communauté éducative

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation à chaud et à froid sur support numérique dédié à la formation