

SOUTENIR LE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL PRENDRE SOIN DE SOI POUR PRENDRE SOIN DES AUTRES

Formation en Intra en présentiel

Public

Accompagnants professionnels des services d'aide et de soins à la personne (en institution ou à domicile)

Pré requis

Avoir pris connaissance de la fiche informative de la formation

S'engager volontairement et en conscience de l'intention et des objectifs de la journée

Nombre de participants : 12 personnes maximum (8/10 idéalement)

Collègues de terrain qui travaillent ensemble

Organisation possible : plusieurs journées consécutives, pour couvrir en formation la totalité des personnels volontaires

Lieu : sur site client

Durée : 7h réparties en 2 demi-journées consécutives

Modalités d'évaluation

Questionnaire de satisfaction en fin de programme

Tarif

Sur devis, nous consulter

Présentation

Pour exercer les métiers de la santé en sérénité et qualité, il est nécessaire de s'attarder d'abord sur soi-même. Cette journée est un espace de ressourcement pour soi et entre collègues.

Elle est inspirée des principes de la pédagogie active de Maria Montessori et est construite autour d'exercices dynamiques favorisant la découverte et l'expérimentation d'outils pratiques destinés à se connecter à soi et à favoriser une meilleure communication entre collègues.

Objectifs et compétences visées

- Se connecter à soi
- Apprendre à observer ses sentiments et émotions
- Apprendre à observer et nommer ses besoins personnels
- Essayer des moyens concrets et accessibles de prendre soin de soi et des collègues
- Observer ce qui favorise le bien-être au travail
- Observer et respecter les besoins des collègues
- Favoriser la communication non violente
- Consolider la solidarité et la cohésion d'équipe

Contenu détaillé

1^{ère} demi-journée (4h) : Connexion à soi

- Construction un cadre de formation sécurisant pour tous
- Présentations et recueil des attentes des participants
- Identification des besoins personnels
- Identification de la disponibilité et des ressources de chacun
- Synthèse de la matinée : premières pistes pour prendre soin de soi

2^{ème} demi-journée (3h) : Connexion aux collègues

- A la rencontre des collègues
- Expérimentation des 6 attitudes de Porter et de leurs effets sur l'interlocuteur
- Accueillir et donner de la gratitude
- Synthèse de la journée et des pistes pour aller plus loin

Modalités pédagogiques

- Toute la journée

Alternance :

- D'exercices dynamiques (en individuel ou sous-groupes) : jeu de rôles, matériel à manipuler, activités projectives
- Et d'échanges et discussions

- En fin de formation

Reprise des attentes et objectifs de départ
Synthèse individuelle et collective

Matériel pédagogique fourni

Livrables sur la plateforme AKOLIT

Formateur

Jérôme Erkes, Christelle Lhernault, Audrey De Luca, Joannie de Rossi ou Florence Legrand
Psychologues et formateurs à la méthode Montessori

Concepteur du programme

Christelle Lhernault
Responsable pédagogique AG&D Montessori Lifestyle

Accessibilité aux personnes handicapées

Les personnes en situation de handicap qui souhaiteraient suivre cette formation sont invitées à contacter notre référent handicap monsieur Camille Bompais-Pham : camille.bompais@ag-d.fr, 01.44.24.96.66 afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

Contact :

Besoin de renseignements complémentaires ? N'hésitez pas à nous contacter : contact@ag-d.fr