CADRES EN MISSION ACTRMC

Programme de la formation

EXPERTISE EN INTELLIGENCE ET COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES

Classe virtuelle

89 heures sur 12,5 jour(s)

Tout public · De 8 à 15 participants

À partir de 2 490 € Net de taxe par participant

Description courte

- **Intégrer +de 30 outils pratiques** ayant reçu une validité scientifique
- **Réalisez des bilans du fonctionnement émotionnel** pour proposer des pratiques adaptées aux besoins et problématiques
- **Apprenez à guider les pratiques avec leurs points de subtilités**
- **Animer des ateliers de groupe** ciblant les compétences émotionnelles

Profil des participants

- **Public**: métiers impliquant une relation à l'autre (psychologue, médecin, coach, enseignant, manager…)

Prérequis

- **Pré-requis***(obligatoire)* : avoir des notions basiques en psychologie

Objectifs

Cette formation vise à découvrir les recherches et s'approprier les outils concrets concernant les compétences et l'intelligence émotionnelle.

Aptitudes et compétences visées / attestées

Les compétences professionnelles visées à l'issue de cette formation sont de :

- Acquérir les connaissances scientifiques sur les compétences émotionnelles
- Acquérir les éléments de posture et d'interactions facilitant le développement des compétences émotionnelles
- Acquérir les éléments de savoir-faire pratiques pour mettre en place des interventions visant le développement des compétences émotionnelles

Contenu

Jour 1

- Le modèle des compétences émotionnelles de Moïra Mickolajczak
- Les 3 niveaux de développement des compétences émotionnelles et comment agir sur ces 3 niveaux
- Créer un contexte optimal en individuel et en groupe pour développer les compétences émotionnelles
- Comprendre les émotions, leurs fonctions, leurs effets
- Conceptualiser le fonctionnement des personnes concernant leurs compétences émotionnelles
- Proposer des interventions adaptées au besoin de la personne à partir de la conceptualisation.

Jour 2

- Les pratiques et questions pour développer la capacité d'identification de ses propres émotions et de celle d'autrui
- Logique de progression d'un atelier de groupe centré sur le développement des compétences émotionnelles
- Les émotions et compétences émotionnelles du professionnel dans la relation d'accompagnement

Jour 3

- Développer la capacité de comprendre ses émotions et d'exprimer ses émotions
- Comprendre le processus émotionnel à partir du modèle de James Gross
- Permettre à la personne d'extraire des informations précieuses au contact de l'émotion

Jour 4

- Développer la capacité d'exprimer ses émotions
- Raisonner en termes de besoin plutôt que de jugements
- Faciliter l'expression émotionnelle chez autrui
- La prise en compte du contexte dans l'expression émotionnelle

Jour 5

- Les 5 classes de stratégies de régulation émotionnelle
- Conceptualiser de manière collaborative le profil de régulation émotionnelle de la personne
- Evaluer la flexibilité régulatoire

Jour 6

- Appropriation des pratiques et outils pour enrichir la capacité de réguler ses émotions
- Les pratiques pour faciliter l'utilisation des émotions au service des objectifs, valeurs et paramètres contextuels

Jour 7

- Les pratiques pour faciliter l'utilisation des émotions au service des objectifs, valeurs et paramètres contextuels
- L'utilisation des émotions positives au service de la construction de ressources personnelles et sociales
- Comment les émotions influencent le processus de prise de décision
- Pratiques pour intégrer les émotions dans un processus de décision éclairée

+ 5 demi-journées d'analyse de la pratique

- Partir des situations concrètes des participants
- Repérer les paramètres et leviers à prendre en compte pour dépasser les situations délicates
- Affiner sa posture et sa manière d'interagir

+ Module e-learning : accès aux vidéos et ressources pour approfondir les journées de formation.

Plus d'informations sur la page suivante : Formation en intelligence émotionnelle

Pédagogie et organisation

Méthodes pédagogiques :

- Alternance entre apports théoriques fondamentaux, méthodologie d'application et expérimentation
- Apprentissage par vignette clinique, par observation, par expérience et par jeux de rôle
- Expérimentation en groupe des techniques d'entretien
- Retours précis et personnalisés avec les points positifs et les points constructifs d'amélioration

Matériel pédagogique :

- Remise aux participants des diaporamas présentés lors de la formation
- Cas pratiques

Positionnement et Modalités d'évaluation des acquis

- **Evaluation des acquis /compétences liées aux objectifs opérationnels définis :**
- **Evaluation continue** de la pratique des participants par le formateur tout au long de la formation, notamment au cours des exercices pratiques de simulation d'entretien, avec des retours positifs sur ce qui fonctionne et des retours constructifs sur les marges d'amélioration.
- **Evaluation de l'intégration de la formation sous forme d'un bref travail rédactionnel** (1 à 2 pages word) à produire en fin de formation.

Mode de validation

- Attestation de fin de formation
- Une fiche d'attestation des compétences pour les personnes ayant validé le travail rédactionnel.

CADRES EN MISSION ACTRMC

Financements possibles

Financement par le FIFPL et l'AGEFICE (libéral, indépendant)

Financement par les OPCO de votre employeur

Référent handicap

PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP : *(mise en place de compensation…)*

Contact : Référent handicap 02 51 84 95 55 / 06 49 75 97 71 / elodiefaure@cadresenmission.com

Intervenant

Joran FARNIER

- **Titre de psychologue et de psychothérapeute**
- **Diplôme universitaire de psychologie positive**
- **Formé à la psychologie positive**, à **l'Approche Systémique Centrée Solution** et à **la thérapie d'acceptation et d'engagement** (ACT)

- **Enseignant à l'université** (Université Grenoble Alpes, Université de Nice et Ecole des Psychologues Praticiens de Lyon)

Évaluations

89 inscriptions depuis le 28/09/2023

Taux d'acquisition des compétences : **80 %** (14 évaluations)

Satisfaction des apprenants : **4.8/5** (12 évaluations)