



Formation

Compétences émotionnelles : une ressource dans la relation d'accompagnement

Mercredi 12 juin 2024, de 9h00 à 17h00, Lausanne

Dans le domaine de l'insertion professionnelle et dans la relation d'accompagnement, les situations difficiles sont fréquentes et les émotions toujours très présentes. Elles peuvent être perçues comme des vulnérabilités à masquer, à éviter ou peuvent à l'inverse, parfois nous envahir. Mieux connaître les émotions et être capable de les comprendre peut faciliter la gestion de ses propres émotions, pour garder la bonne distance, prendre du recul et vivre les situations de tension avec plus de sérénité. Cette journée de formation aura pour objectif de mieux comprendre la fonction positive et l'utilité des émotions en relation aux participant-e-s, au travers de situations concrètes et permettra d'acquérir des outils pour mieux faire face à ces situations.

Public cible

La formation s'adresse à tous les professionnel-le-s de l'insertion professionnelle pour qui la thématique de la gestion des émotions est relativement nouvelle ou pour les personnes qui souhaitent revoir certaines bases liées aux émotions. La formation convient aussi bien aux accompagnant-e-s socioprofessionnels qu'aux coaches métiers ou aux responsables d'ateliers.

Objectifs

- Comprendre la fonction positive des émotions et leur utilité dans la relation aux participant-e-s
- Acquérir des outils pour vivre les situations de tension : exercer notamment l'auto-empathie et l'ancrage corporel lorsque l'émotion m'envahit.
- Repérer comment créer du lien avec les participant-e-s, éprouver de l'empathie sans trop m'impliquer, sans me laisser envahir et en restant dans mon rôle d'accompagnant-e.

Méthode

- Travail d'analyse à partir de situations concrètes
- Exercices pratiques, expérimentations impliquant l'engagement corporel et émotionnel
- Apports théoriques avec schémas heuristiques
- Ouverture aux principales sources bibliographiques dans ce domaine

Lieu

Hôtel-Restaurant de l'Union, Chemin des Croisettes 2, 1066 Epalinges.
Bâtiment rouge en face de la sortie du métro m2 *Croisettes* (s'annoncer à la réception).

Frais

Membres d'Insertion Suisse : CHF 200.- / Non-membres CHF 350.-

Si vous ne souhaitez pas dîner sur place, merci de le communiquer lors de l'inscription.

Le prix du repas n'est pas compris (2 plats à choix dont un végétarien, prix entre CHF 20.- et 25.-).



Intervenante

Chantal Furrer Rey, animatrice socioculturelle, maître d'enseignement HES dans le domaine Travail Social, formatrice d'adultes depuis 1995 dans les domaines de la résolution non-violente des conflits, de l'animation des groupes, de la médiation. Également Gestalt-thérapeute, elle a ouvert en 2010 un cabinet de médiation, thérapie individuelle et familiale et supervision.

Inscription

[Inscription en ligne](#) jusqu'au **27 mai 2024**. Le nombre de places est limité (max. 14 personnes). Les inscriptions seront prises en compte selon leur ordre d'arrivée. Une annulation de l'inscription est possible jusqu'au délai d'inscription. Passé ce délai, les frais de cours entiers seront facturés.