

AFFIRMATION DE SOI, SAVOIR METTRE DES LIMITES



Présentation :

Cette formation vise à développer les compétences clés dans le domaine de l'affirmation de soi, de la communication non-violente et de la gestion de l'agressivité. Les participants exploreront les différents modes de communication et d'interaction, les avantages et les inconvénients de chaque mode d'interaction, à court, moyen et long terme, ainsi que les situations dans lesquelles opter pour un mode de communication ou un autre.

Durée :
1 jour (7 heures)

Public concerné :

- Responsables de structure
- Responsables de secteur
- Chargés de planning
- Gestionnaires d'associations d'aide à domicile
- Encadrants d'équipes d'intervenants
- Auxiliaires de vie et aides à domicile
- Aides-soignants et Aides médico-psychologiques
- Moniteurs éducateurs et éducateurs spécialisés

Prérequis à la formation :
Aucun prérequis

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les différents modes d'interaction
- Saisir les avantages à opter pour des comportements plus affirmés
- Adapter sa communication selon les situations afin d'assainir ses relations

Programme

MODULE 1

Comprendre les différents modes de communication

- Quels sont les différents modes communicationnels ?
- D'où viennent-ils ?
- Leurs avantages et inconvénients selon les situations.

MODULE 3

L'affirmation de soi

- Qu'est-ce que l'affirmation de soi ?
- Ses avantages à court, moyen et long terme.
- Comment mettre en place des comportements plus affirmés ?





Compétences visées

- Améliorer une meilleure communication interpersonnelle
- Développer des techniques relationnelle en environnement professionnel
- Appréhender des techniques de gestion de conflits

Moyens pédagogiques et techniques exploités

- Présentation avec supports visuels
- Échanges interactifs
- Étude de cas, simulations, jeux de rôle

Moyens d'encadrement

Le formateur est un psychologue clinicien qui possède une expérience au sein d'institutions accueillant des personnes âgées en perte d'autonomie ainsi que dans le secteur de l'aide à domicile.

Modalités d'évaluation des compétences

- Évaluation des acquis en amont de la formation : auto-évaluation,
- En fin de module théorique : simulations / mise en situation via des jeux de rôle, études de cas,
- En fin de session : auto-évaluation.

Suivi de l'action de formation / Mode d'appréciation des résultats

- Évaluation à chaud en fin de stage sur les objectifs visés par la formation
- Évaluation a froid : suivi à 6 semaines de la formation - Étude de l'aisance des personnes formées sur chacune des étapes

Modalité d'accès :

- Formation ouverte à tous
- Accessibles aux personnes en situation de handicap

Délai pour recevoir une formation :

Sous un mois suivant la date de réalisation de l'audit

Type de formation :

Formation sur-mesure
Formation intra en présentiel

Tarif :

1 200 € / jour
jusqu'à 4 personnes

Contact :

Mon école de formation
06.21.12.64.16
contact@monecoledeformation.fr