

Gestion des émotions et approfondissement autour de la notion de « colère »

MODALITES

Durée : 14h soit 2 jours

Dates : 04 et 05 novembre 2024

Horaires : 8h30 – 12h30 et 13h30 – 16h30

Lieu : Immeuble Faic – Route de Montabo – 1 avenue Gustave Charlery – 97300 Cayenne

Public : Tous les personnels en situation d'emploi en crèche auprès d'enfants.

Prérequis : Aucun prérequis n'est nécessaire.

Moyens d'évaluation : Evaluation des acquis des stagiaires en amont et en aval de l'action de formation de manière à visualiser leur progression et leur montée en compétence.

Sanction de la formation : Attestation de fin de formation.

Intervenante et qualité : DESLOOVERE Nadège, psychopraticienne et éducatrice de jeunes enfants.

OBJECTIFS

- Connaître les différentes émotions, comprendre ce qu'est la colère, à quoi elle sert, comment elle se manifeste
- Apprendre à réagir avec ses propres émotions, savoir accompagner les émotions de l'enfant en structure

METHODES

Cours théoriques, exercices pratiques, introduction à la méditation.

PROGRAMME

Jour 1 :

- Définition des émotions : les reconnaître et les identifier
- Travail de son propre rapport aux émotions
- Comprendre le lien entre émotion-réaction de l'enfant et réaction de l'adulte
- Gestion du stress et accompagnement de la frustration
- Figure d'attachement et émotion

Jour 2 :

- Savoir reconnaître la « vraie » colère
- Techniques de gestion de la colère
- Accueil et accompagnement de la colère
- Méditation pour adulte/enfant