

# Faire briller ses relations professionnelles pour une collaboration harmonieuse

## CONTEXTE

L'équipe soignante est confrontée à diverses tâches et situations qui peuvent être physiquement et émotionnellement exigeantes.

Prendre soin de soi-même est essentiel pour pouvoir prendre soin des autres de manière efficace et bienveillante et développer des soins attentionnés et de qualité pour les patients.

## OBJECTIFS ET PRE REQUIS

- Améliorer la qualité des soins en apprenant à gérer efficacement ses émotions ;
- Renforcer ses compétences en communication pour interagir avec les patients, leurs familles et les collègues de manière empathique et constructive ;
- Renforcer la résilience en développant des compétences en gestion émotionnelle face aux défis professionnels ;
- Réduire le stress et prévenir le burn-out ;
- Prérequis : aucun ;

## CATEGORIE PROFESSIONNELLE

Catégories professionnelles concernées : acteurs de soins de proximité, brancardiers, assistants de soins des hôpitaux, agents de services, [aides-soignants](#)

## CONCEPTEUR – FORMATEUR

Concepteur et formateur afpc

## METHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques et méthodologiques ;
- Méthode démonstrative et interactive ;
- Ateliers de partage et de construction ;
- Arbre des émotions en fil conducteur de la journée, circuit tactile des émotions, atelier participatif de création en équipe ;
- Jeux de rôles et mise en situation ;
- Mode d'Exercice du Participant : formation présentielle ;
- Un support de formation est remis à chaque participant ;

## CONTENU

**A l'écoute de mes émotions :** les différentes émotions, les causes, les manifestations repérables, l'impact de mes états émotionnels sur mes relations et ma performance

**Le décodage de mes émotions :** mes besoins pour plus de bien-être, mes réactions émotionnelles positives ou négatives, les symptômes de l'épuisement émotionnel



# Faire briller ses relations professionnelles pour une collaboration harmonieuse

La gestion de mes émotions : l'évacuation des émotions bloquantes, la transformation en émotions constructives, mes valeurs, l'autocompassion, les situations relationnelles

Le réinvestissement dans mes relations professionnelles : j'optimise mes relations de travail, je débloque les situations tendues par le pouvoir des mots, j'évacue les toxines émotionnelles, je m'affranchis du regard des autres

## MODALITE D'EVALUATION

Au début de la formation, un recueil des attentes des participants sera réalisé ainsi qu'une évaluation des acquis en début de formation.

A l'issue de la formation, une évaluation des acquis de la formation (Article L.6353-1 du Code Du Travail) et de la satisfaction seront réalisées par le formateur. Le prestataire délivrera au stagiaire une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

