

CE QUE L'ÉMOTION ESSAIE DE DIRE

COMPRENDRE LES ÉTATS ÉMOTIONNELS POUR TENIR LA RELATION D'AIDE

EN PRÉSENTIEL

Quand un résident s'agite, quand un patient refuse les soins, quand un collègue s'emporte — la première réaction est de gérer la situation. Calmer, rassurer, contenir. Mais l'émotion n'est pas le problème. C'est un messenger. Et le messenger n'est pas le message. Tant qu'on répond à l'émotion sans entendre le message, la situation se répète.

POUR QUI ?

Aides-soignants, infirmiers, éducateurs spécialisés, auxiliaires de vie — tout professionnel en contact régulier avec des personnes vulnérables. EHPAD, SSIAD, foyers de vie, services hospitaliers.

CE QU'ON TRAVAILLE

COMPRENDRE	Ce qu'est une émotion — une expression porteuse d'un message, ni bon ni mauvais
DÉCODER	Identifier le message derrière l'émotion — chez la personne accompagnée et chez soi
DISTINGUER	Répondre à l'émotion vs répondre au message — pourquoi la différence change tout
RELIER	Lire la rencontre entre deux systèmes émotionnels — ce qui circule entre soignant et bénéficiaire
AJUSTER	Modifier sa réponse relationnelle à partir de ce qui a été lu

OBJECTIFS ET BÉNÉFICES VISÉS

POUR LE PROFESSIONNEL

Développer une lecture fonctionnelle de ses propres états émotionnels et de ceux de la personne accompagnée. Sortir de la réaction automatique pour entrer dans une réponse ajustée. Réduire l'usure liée aux situations émotionnellement chargées.

POUR L'ÉQUIPE ET L'INSTITUTION

Une relation d'aide plus juste et plus efficace. Moins de situations qui s'enkystent faute d'avoir été comprises. Des professionnels qui restent disponibles sans absorber ce qui ne leur appartient pas.

INFOS PRATIQUES

Durée : 3h

Taille du groupe : 6 à 10 professionnels

Comment ça se passe : L'atelier s'ouvre sur un apport théorique court et concret : ce que porte chaque grande émotion comme message — la colère, la peur, la tristesse, la joie, l'inquiétude. Une grille de lecture immédiatement utilisable. Ensuite, les participants apportent leurs propres situations : un refus de soin, une montée de tension, un moment qui a laissé une trace. On travaille ensemble à lire ce qui s'est passé avec les outils qu'on vient de poser.

Tarif expérimental : 300€ tout compris