

PROGRAMME DE LA FORMATION

PRÉVENIR LA FATIGUE DE COMPASSION : FAIRE FACE A LA SOUFFRANCE DES USAGERS ET PRÉVENIR L'ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL

1. Objectif général

Accueillir des usagers en difficultés voire en détresse

2. Objectifs opérationnels

Faire une analyse systémique de l'impact sur les usagers·ères, les intervenant·es et la direction

Élaborer un filet de sécurité individuel et collectif

Élaborer des stratégies gagnantes pour prendre soin de soi (bienveillance et bienveillance)

3. Contenu

a. Exercice du client clé en main qui ouvre notre jardin secret

- *Comment éviter de se retrouver en escalade symétrique avec l'utilisateur ?*
- *Comment accueillir, après coup, ce qui est réveillé à l'intérieur de soi ?*
- *Comment prendre soin de soi ? (Bienveillance et douche de gratitude)*
- *Comment être en mesure d'avoir accès à l'empathie émotionnelle.*

b. L'épuisement professionnel

- *Les Facteurs de risques*
- *Les signaux émotionnels et physiologiques*

c. Notion de traumatisme

- *L'empreinte laissée par le trauma*

d. Analyse éco-systémique de la souffrance

- *Carte familiale*
- *Vulnérabilité particulière*

e. Comment faire face à la détresse de l'utilisateur(ère)

f. La pratique de l'autocompassion

g. La prévention de l'épuisement professionnel

4. **Public**

Cette formation s'adresse aux professionnel-le-s du secteur social, éducatif, judiciaire, psychologique, médical et para médical.

5. **Méthodes, moyens pédagogiques, évaluation des résultats**

Le thème se prête particulièrement à l'interaction, aux échanges d'expériences vécues, à des mises en situation. Certains passages seront soutenus par de la projection de vidéos, audios.

Questionnaire d'évaluation et de satisfaction à remplir par le stagiaire

6. **Formateur et formatrice**

Clément GUEVREMENT, psychothérapeute conjugal et familiales, de groupe à OPTION-Québec
Louise DUBUC, psychologue, psychothérapeute et formatrice spécialisée sur le traumatisme

7. **Date, durée, déroulement, lieu**

Date à déterminer : 8 participants minimums.

Maison pour les familles, 3 rue Déodat de Séverac - 66000 PERPIGNAN

Nombre de stagiaires 10 à 12 personnes

8. **Coût pédagogique :**

Possibilité de prise en charge par les OPCO

Contactez-nous pour avoir un devis.

9. **Prérequis :**

Aucun prérequis nécessaire pour suivre cette formation.

10. **Délais d'accès :**

Les inscriptions sont ouvertes jusqu'à 48h avant le début de la formation.

11. **Accessibilité :**

Pour toutes personnes en situation de handicap veuillez nous contacter.

12. **Renseignements, modalités et inscription**

Nous contacter :

04 68 63 50 24 / 06 72 37 57 80

apex-formation@hotmail.com