EPICERIE HUMAINE

# ESTIME DE SOI
# AUTORITÉ POSITIVE
# POUVOIR DU CHANGEMENT

CYCLE DE FORMATION-ACTION

# OBJECTIFS DE LA FORMATION

Se ressourcer : par la parole, l'écoute et le corps

Renforcer son estime de soi.

Clarifier son identité professionnelle.

Questionner la notion d'autorité.

Construire une posture accompagnante et respectueuse, prenant en compte ses propres limites.

S'offrir des moyens de changement.

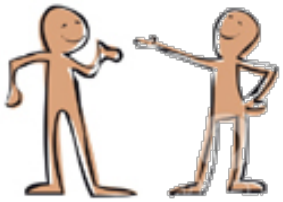
Apprendre, échanger, créer des outils et pratiques répondant à ses besoins

# POUR QUI ?

Professeur-e-s des école

Professeur-e-s de collège

Professeur-e-s de lycée



Éducation nationale, enseignement privé, enseignement agricole.

Vous cherchez à évoluer dans votre mission.

Vous êtes face à de nouvelles questions autour de l'autorité en classe.

Vous avez besoin d'un lieu et d'un temps « à part » pour échanger, vous nourrir et trouver des outils adaptés.

# CONTENUS ET FORMES : 4 MODULES

1 = Estime de soi

Motivation, empathie, réciprocité

Émotions, besoins, stratégies.

Outillage : roue des solutions, exercices corporels sensibles…

2 = Communication :
un lien du je au nous

Mes habitudes de communication

Changer mes habitudes de communication : OSBD

Outillages : cercle de paroles, construction de l'espace…

3 = Autorité :
un cadre sécurisant et contenant

Outillage: posture et appuis sensibles, définition du cadre par les besoins

4 = Prévention et restauration

Accompagner un élève en difficulté

ou suite à un incident

Outillage : Entretien individuel restauratif, cercle de soutien…

# COMMENT CE CYCLE SE DÉROULE-T-IL ?

8 rencontres

3 heures en soirée

de janvier à mai 2019

Dans le Tarn nord (Gaillac)

Par 2 formateurs
et des intervenants ponctuels.

La co-animation nous permet aussi d'accompagner des moments/ situations individuellement

Le coût est de 320 € par personne.

Chaque rencontre sera un temps d'apprentissage où les formes d'animation seront réinvestissables et appropriables.

Dans un cadre convivial, sécurisant et confidentiel.

- Des temps pour soi
- Des temps de réflexions
- Des temps de faire et faire ensemble
- Des temps de débat
- Des temps de construction

# NOTRE INTENTION, NOTRE DÉMARCHE

### Accueillir

- Travaillant sur les émotions, nous avons comme posture de les vivre et de permettre à l'autre de vivre les siennes en les accueillant.

### Au présent

- Les émotions et la communication ne sont pas des connaissances hors-sol mais liées à chacun-e ET à l'instant donc notre animation ne peut que s 'appuyer dessus.
- Et la co-animation facilite de pouvoir le faire en respectant le JE [la personne] et le NOUS [le groupe].

### Dans une certaine liberté d'expression

- C'est l'instant qui construit notre matière. Et cela ramène l'apprentissage dans du vivant, qui va toucher l'être.

### Apprendre

- Par l'éprouvé et la prise de conscience.

### En cherchant le nouveau

- Permettre un espace d'expression plus grand, plus ouvert, moins normé, amène vers une nouveauté dans le dire, dans la relation à soi, dans les inter-relations.
- Cela offre un espace au potentiel de chaque individu et vient interroger le cadre du collectif, pour peut-être le nourrir, l'enrichir.

### Notre compétence

- Animation socio culturelle, psychologie du travail, éducation émotionnelle, outils de communication (CNV, Communication Transformative, méthode ESPERE), outils collaboratifs et d'intelligence collective, psychopédagogie perceptive.
- Et surtout l'ensemble des expériences d'accompagnement et de projets en milieu scolaire depuis 7 ans.

# CONTACTS

https://epiceriehumaine.wordpress.com

Epiceriehumaine@gmail.com

Françoise Serres : Psychopédagogue perceptif

http://www.francoiseserres.com

06 84 43 62 00

Boris Prat : formateur, facilitateur

06 80 94 58 00