

Dans la pratique quotidienne du travailleur social, le grand jeu des émotions se déploie souvent : peur de la rencontre de l'autre ou de l'inconnu, colère face à des comportements atypiques, tristesse face à des situations douloureuses... et joie, aussi, liée à de belles victoires ! Comment (sur ?) vivons nous à cette palette émotionnelle, comment accueillons nous ces émotions afin de rendre notre accompagnement adapté et efficace ?

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître la palette des émotions et leur fonction
- Nommer / faire nommer les émotions qui nous traversent / traversent nos publics
- Découvrir des techniques de communication bienveillante
- Découvrir les possibilités du jeu comme espace de libération et de canalisation des émotions

## CONTENU DE LA FORMATION

### JOUR 1

#### Connaître les émotions pour les nommer..

- Accueil, attentes

#### Quelques bases théoriques

- Les émotions : quelles sont-elles ? Comment se manifestent-t-elles ?
- Pourquoi ?
- Liens avec états d'âmes, sentiments, sensations
- Cerveau(x) : trois c'est mieux qu'un !

#### Pouvoir nommer les émotions

- L'écoute de soi et de l'autre
- Les différentes formes de communication

### JOUR 2

#### ... puis enrichir sa boîte à outils émotions !

#### Deux outils pour canaliser ses émotions

- Découverte de la CNV (Communication Non Violente)  
Découverte des 4 accords Toltèques - Communication avec les publics difficiles
- Constitution d'une boîte à outils Émotions

#### Outils ludiques pour tous les publics

- Exprimer ses émotions de manière ludique
- Jeux sur les émotions et émotions autour du jeu
- Les CPS (Compétences Psycho-Sociales)
- Bilan des deux journées de formation et Envoi

## MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Mise en mouvement du corps, du cœur et de l'esprit afin de stimuler la participation. Pédagogie participative à base de jeux, mises en situation, réflexivité à l'aide du groupe
- Apports théoriques, références bibliographiques et webographiques.

## ÉVALUATION DE LA FORMATION

- Bilan oral, questionnaire d'évaluation à chaud, retours à partir de mises en situation
- Questionnaire d'évaluation à froid envoyé au stagiaire et à la structure 1 mois après la formation

### CONTACT :

Perrine MERCIER :  
03.27.28.91.98 - formation@acsrv.org

### PUBLICS

Bénévoles et salarié.es  
Jauge mini : 8 personnes  
Jauge maxi : 16 personnes

### PRÉ-REQUIS

Aucun

### DATES, LIEU, HORAIRES ET DURÉE

**Date :** Jeudi 2 et vendredi 3 octobre 2025

**Lieu :** Maison de quartier Saint-Waast  
145, avenue Désandrouin  
59300 Valenciennes

**Durée :** 2 jours (soit 14 h)

**Horaires :** 9h00 -12h30  
et 13h30 -17h00

*Inscription à réaliser au plus tard 1 mois avant le 1er jour de formation*

### FORMATEUR.RICE.S

Formateur jeux itinérant depuis plus de 20 ans et bénévole.



EMMANUEL VARIN



ISABELLE PETIT

### ACCESSIBILITÉ

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de nous contacter afin que nous étudions les possibilités de vous accueillir.

### TARIFS

BÉNÉVOLES : 50.00 € TTC

SALARIÉ.E.S : 350.00 € TTC

Nous vous aidons à solliciter les dispositifs financiers adaptés à votre projet