



## Programme : Formation Équilibre mental et émotionnel des enfants et adolescents

Crée: 08.11.2023

Maj :

I/O/17  
Version 1  
Page : 1/4

### FORMATION SPÉCIFIQUE :

#### Le public concerné et pré requis

Aucun prérequis n'est demandé si ce n'est qu'il faut être majeur pour participer à la formation et enseigner ou intervenir auprès du public concerné.

#### Présentation

Nous vous proposons une formation pratique et adaptée construite avec des professionnels en contact direct avec les jeunes. L'objectif est de pouvoir vous permettre de comprendre et d'agir de manière adaptée en fonction des situations rencontrées. Les méthodes proposées et l'apport théorique fournis vous permettront d'agir et de savoir alerter les professionnels compétents le moment venu.

Du trouble de l'anxiété allant jusqu'aux pensées suicidaires, vous saurez identifier les mots et comportements des jeunes en situation. Vous pourrez ensuite appréhender le jeune et son environnement.

Vous apprendrez à partager vos expériences de crise et difficultés ainsi qu'à intervenir avec une posture adaptée.

Votre approche et votre propre équilibre émotionnel sont également la clé d'une action adaptée. Vous pourrez vous évaluer et identifier vos axes de travail individuel. Vous apprendrez à intervenir en maintenant une posture auprès du jeune et de son environnement adulte que ce soit en situation d'alerte ou de crise.

Enfin, vous apprendrez les notions de base en terme de traits de personnalités afin de comprendre les différences de fonctionnement et de comportement.

#### Les Objectifs visés

- Acquérir des connaissances de base concernant l'équilibre mental et émotionnel des jeunes (de l'enfance aux jeunes adultes)
- Acquérir des connaissances sur les personnalités et comportements et accompagner le développement des compétences émotionnelles
- Connaître ses propres compétences émotionnelles et identifier ses leviers
- Savoir intervenir et communiquer en situation de crise ou d'alerte mentale ou émotionnelle
- Savoir effectuer une Analyse Partagée de situation

WORK IN SPIRIT

N° SIRET : 888 236 676 00019

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le numéro 75400176640 auprès du Préfet de Région  
Nouvelle Aquitaine



## Programme : Formation Équilibre mental et émotionnel des enfants et adolescents

Crée: 08.11.2023

Maj :

I/O/17  
Version 1  
Page : 2/4

### Durée et dates de formation

2 jours soit 14 heures  
Selon Agenda annoncé

### Délai d'accès

Nous contacter afin d'évaluer ensemble le délai d'accès.

### Contenu pédagogique

**La démarche progressive est construite sur une pédagogie active qui intègre les différents modes d'apprentissage.**

A travers un questionnaire nous évaluons vos compétences émotionnelles, l'aptitude à percevoir et à gérer efficacement vos propres émotions et celles des autres.

#### **- Jour 1 : dédié à la santé mentale des jeunes et leur mode de fonctionnement**

Rencontre et Accueil, collecte des attentes spécifiques  
Notions d'équilibre mental et développement de l'enfant vers le jeune adulte  
Mécanismes de dégradation de l'équilibre mental (anxiété, dépression, idées suicidaires)  
Identification des comportements et changements de comportements verbaux et non verbaux  
Méthode pour aborder un élève en situation (écoute active)  
Eléments aidant la prise en charge des Troubles neurodéveloppementaux et Troubles de l'anxiété voir des troubles de stress post traumatique  
Présentation des mécanismes de personnalité avec ce qu'ils apportent au groupe et ce qu'ils engendrent en possibles désagréments  
Evaluation et accompagnement aux compétences émotionnelles (chaque participant aura une évaluation de ses compétences émotionnelles)  
Notions plus détaillées et ressources sur les émotions  
Exercices sur cas concrets et vos situations vécues - Ressources disponibles et dispositifs

#### **- Jour 2 : dédié à la prévention, aussi à la manière de chaque enseignant - accompagnant d'aborder les sujets**

Comment accompagner les jeunes vers l'appréhension de leurs propres émotions et vers l'empathie (Outils, méthode, animation)  
Notions et méthodes de cadre et bienveillance - Posture et assertivité  
Identification des événements de cycle des conflits allant jusqu'à la crise  
Identification des schémas comportementaux  
Intervention et suivi auprès du jeune et de ses représentants légaux ou accompagnateurs en situation de crise et hors situation de crise

WORK IN SPIRIT

N° SIRET : 888 236 676 00019

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le numéro 75400176640 auprès du Préfet de Région  
Nouvelle Aquitaine



## Programme : Formation Équilibre mental et émotionnel des enfants et adolescents

Crée: 08.11.2023

Maj :

I/O/17  
Version 1  
Page : 3/4

Analyse des Pratiques Partagées : exercice complet sur 1 cas concret apporté par les stagiaires

Des feuilles de présence sont signées à chaque rencontre par demi-journée de présence. .  
Une attestation de fin de formation est remise à chaque participant.

### Moyens pédagogiques :

Un livret apprenant est remis au démarrage de la formation le premier jour.

Accès aux tests individuels (assertivité et compétences émotionnelles) et au débriefing

### Lieu

Dans vos locaux où une salle que nous conviendrons ensemble.

### Dispositif de suivi et d'évaluation

#### ● Évaluation à différents niveaux :

- Tests assertivité et compétences émotionnelles
- Exercices en cours de formation
- Evaluation à chaud par chaque participant
- Synthèse orale en fin de formation
- Bilan global de l'action 3 mois après la fin de formation (Si formation collective en intra)

Une attestation de fin de formation est remise à chaque participant.

### Accessibilité

Formation assurée en présentiel : WORK IN SPIRIT s'assure par une visite préalable (ou tout mode d'information adapté) que le lieu prévu est accessible aux personnes à mobilité réduite et équipé de tout le matériel nécessaire au bon déroulement de la formation.

Formation assurée à distance : WORK IN SPIRIT met à disposition des stagiaires dans un espace partagé les documents nécessaires au suivi de la formation. A la demande, un envoi par mail est également réalisé.

Pour toute information complémentaire sur les questions d'accessibilité, nous vous invitons à nous contacter pour exprimer vos besoins.

### Assiduité et continuité

Les actions formatives de WORK IN SPIRIT favorisent l'engagement des bénéficiaires et évitent les ruptures de parcours par la diversité des méthodes pédagogiques et

WORK IN SPIRIT

N° SIRET : 888 236 676 00019

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le numéro 75400176640 auprès du Préfet de Région  
Nouvelle Aquitaine



## Programme : Formation Équilibre mental et émotionnel des enfants et adolescents

Crée: 08.11.2023

Maj :

I/O/17  
Version 1  
Page : 4/4

l'implication des participants dans la définition des objectifs de formation. De plus, en cas de force majeure, les dates de présentiels peuvent être modifiées. Dans le cas d'un empêchement sur une longue durée, en accord avec l'entreprise, il peut être proposé au participant de rejoindre un autre groupe de formation.

### Formatrices

Carine DARENGOSSE, consultante et formatrice spécialisée dans les comportements et situations de crise.

Experts formateurs intervenants :

- Oihana LAMOTHE, éducatrice spécialisée certifiée en gestion de crise et du conflit aujourd'hui coordinatrice au Pôle d'Accompagnement à la persévérance scolaire (PAPS) sur Bayonne

La formation a été créée en collaboration avec Marine LEFRANC, psychologue spécialisée en neuropsychologie, Oihana LAMOTHE et Carine DARENGOSSE

### TARIF

Nous consulter - Sur devis

Contactez-nous pour un devis personnalisé, la réalisation d'une convention.

#### Informations complémentaires :

Pour tout renseignement contactez- nous au : 06-84-35-68-65, par mail [carinedarengosse@workinspirit.fr](mailto:carinedarengosse@workinspirit.fr) ou consultez notre site internet : [www.workinspirit.fr](http://www.workinspirit.fr)

### INFORMATION SATISFACTION

**En 2024, jusqu'à aujourd'hui 100% des bénéficiaires de bilans et formations réalisés sont satisfaits.**

WORK IN SPIRIT

N° SIRET : 888 236 676 00019

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le numéro 75400176640 auprès du Préfet de Région  
Nouvelle Aquitaine