

## Boîte à outils pour développer les compétences émotionnelles et relationnelles

### MODALITES PRATIQUES

#### Public :

Toute personne travaillant avec des enfants de 5 à 12 ans (animateurs, enseignants, éducateurs, ...)

#### Formateur :

Delphine Courtois, diplômée en psychopédagogie et psychomotricité, elle a une expérience avec les enfants et les adolescents en décrochage scolaire ou présentant des troubles d'apprentissage. Elle est formée à la pleine conscience, à la communication bienveillante et à diverses techniques psycho-corporelles.

#### Lieu :

9, Allée de la Relevée à 1400 Nivelles.

#### Dates et horaire :

Les samedis 10 et 24 juin de 9h00 à 13h00 + 1 date à déterminer avec les participants

### DESCRIPTIF DE LA FORMATION

Notre monde est en changement, l'école doit s'adapter pour préparer les adultes de demain à être mieux dans leur peau et dans leur corps. Les enfants ont besoin de savoir où ils se situent par rapport à leur environnement. Cette amélioration du monde passe notamment par l'éducation. C'est donc aussi notre rôle à nous, acteurs du monde éducatif, d'éveiller la conscience morale des enfants et leur capacité à gérer leurs émotions pour les aider ainsi à développer une certaine forme de sérénité intérieure. Les compétences émotionnelles et relationnelles influenceront l'adaptation future de l'enfant dans la société et ses interactions avec les autres. D'importants travaux scientifiques montrent que ces compétences sont plus déterminantes pour la réussite sociale des individus que les savoirs académiques. Les développer, permet aussi de favoriser la motivation intrinsèque des élèves.

Durant cette formation, les participants expérimenteront une série d'outils variés pour développer les compétences émotionnelles et relationnelles des enfants. : Apprendre à réguler ses émotions, apprendre à retrouver son calme, à résoudre des difficultés liées aux relations avec les autres en générant des solutions justes pour tous, découvrir comment se sentir bien avec les autres et

développer des capacités d'être en lien, ... seront une partie des thèmes qui y seront abordés.

### Objectif(s) :

Mettre en place des activités permettant de développer les compétences émotionnelles et relationnelles des enfants tout en tenant compte de leurs besoins.

### Contenu :

Définition des compétences émotionnelles et relationnelles (repères théoriques), prises de conscience de nos réactions d'adulte face aux émotions et réactions des enfants, développement des compétences émotionnelles et relationnelles chez les enfants, rôle de l'adulte dans leur développement, notions de communication bienveillante et de neurosciences, proposition et expérimentation d'activités, d'outils psychoéducatifs et psycho- corporels pour réguler les émotions, retrouver son calme et avoir des relations bienveillantes avec les autres.

### Méthodologie :

Moments d'introspection, alternance de théorie et de pratique, présentation et expérimentation d'outils psychoéducatifs, psycho- corporels divers et de livres à exploiter, ...

### Prix :

300 euros pour les 3 matinées.

Vous pouvez bénéficier d'une réduction de 20 euros si vous amenez un(e) ami(e)/collègue.

Vous recevrez un Powerpoint de la formation et un lien Drive comprenant les outils vus lors de la formation.

### Infos et inscriptions :

Delphine Courtois : [courtoisdelphine306@gmail.com](mailto:courtoisdelphine306@gmail.com) - 0478/96.26.64 - [www.courtoisdelphine.com](http://www.courtoisdelphine.com)

**Attention le nombre de place est limité !!!**