

PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE

LA FORMATION : « Mobiliser ses ressources pour évoluer ensemble »

Durée : 42 heures

Nombre de minimum d'inscrits : 8

Nombre de places : 12

Coordination : Patricia MORREVE – 06 24 71 06 32 – patricia@formagora.fr

Programme de formation actualisé le 19/03/2026

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation propose des outils efficaces pour prendre du recul, pour renforcer ses capacités d'écoute et ses capacités relationnelles à long terme, tant dans l'accompagnement que le travail d'équipe. Elle permet aussi à chacun de veiller à optimiser sa santé au travail, qui se traduira par l'entretien de ses motivations et de son implication.

Il s'agit que l'équipe soit dans un élan collectif, sous tendu par l'implication personnelle de chacun.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS DE FORMATION

A l'issue de la formation et en situation professionnelle, les participants seront capables de :

- Mobiliser leurs ressources pour faciliter la croissance de l'équipe
- Identifier les forces et les fragilités des fonctionnements relationnels
- Préserver leur santé au travail

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Pendant la formation, les participants développent des capacités à :

- Clarifier les principes fondamentaux de la relation d'aide et d'accompagnement
- Identifier les besoins psychiques de l'être humain et les différentes manières d'y répondre professionnellement
- Identifier les sources d'usure liées au métier
- Mesurer leur niveau de stress ou d'épuisement, et leur impact dans les relations de travail
- Pratiquer les outils de prévention pour optimiser sa santé au travail
- Connaître et appliquer les différentes techniques d'écoute et de questionnement dans la relation duelle
- Favoriser le travail en équipe
- Comprendre et faciliter le processus de changement

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

1ère JOURNÉE : 7 heures

INTRODUCTION DE LA FORMATION

- Rencontres interactives des participants
- Présentation de la formatrice
- Présentation des règles de fonctionnement du groupe
- Rappel des objectifs de la formation
- Présentation détaillée du programme
- Recueil des attentes, des questions, et des besoins précis des participants

LE VÉCU DU PROFESSIONNEL EN SITUATION D'ACCOMPAGNEMENT

- Première centration corporelle
- Expression et analyse des difficultés relationnelles vécues dans les fonctions d'accompagnement
- Motivations à exercer un métier d'accompagnement

LES PRINCIPES FONDAMENTAUX DE LA RELATION D'AIDE

- Implications de la relation
- Notion d'affectivité
- La responsabilité
- L'attitude
- La congruence

2ème JOURNEE : 7 heures

UN ACCOMPAGNEMENT CENTRÉ SUR LA PERSONNE

- Le fonctionnement du cerveau
- Etude approfondie des 7 besoins psychiques de Colette Portelance
- Applications à l'accompagnement
- Applications aux relations entre professionnels

3ème JOURNEE : 7 heures

UNE BONNE SANTÉ AU TRAVAIL

- Notions sur le stress et ses conséquences sur l'épuisement
- Autodiagnostic et tests
- Outils de prévention pour optimiser sa santé au travail
- Conséquences positives sur la vie de l'équipe

BILAN DE LA PREMIERE SESSION

- Synthèse des 3 premiers jours
- Retour sur le vécu des participants
- Définition d'exercices pour l'intersession

4ème JOURNEE : 7 heures

DÉVELOPPER SES CAPACITÉS D'ÉCOUTE ET DE COMMUNICATION DANS LA RELATION DUELLE

- Recevoir, accueillir, entendre, écouter : développer les habilités de réceptivité à l'autre
- Dire, exprimer, imposer, suggérer : nuancer sa forme d'expression
- Ressentir et accueillir le ressenti de l'autre : empathie et compétence émotionnelle
- Prendre soin des relations

5ème JOURNEE : 7 heures

FAVORISER LE TRAVAIL EN ÉQUIPE

- Critères de fonctionnalité d'une équipe
- Notion de rôles et de règles
- Traiter les désaccords avec souplesse
- Estime de soi, estime de l'autre

6ème JOURNEE : 7 heures

EVOLUER ENSEMBLE

- Les étapes du changement
- La gestion émotionnelle du changement
- Vigilance et amélioration de sa participation à la dynamique collective
- Réappropriation du sens de son travail

BILAN DE LA FORMATION

- Evaluation à chaud de la formation
- Retour sur les attentes des participants
- Bilan et conclusion de la formation

BONUS

Après la formation, dans un délai de 2 mois, les participants ont la possibilité de contacter le formateur pour toutes questions et suivi de formation.

Un temps d'échanges est prévu à chaque fin de séance : questions des participants et réponses du formateur.

ÉQUIPEMENTS ET MATÉRIELS UTILISÉS

L'entité bénéficiaire mettra à disposition du formateur une salle de formation suffisamment spacieuse, avec un paper-board équipé de feuilles vierges.

Le formateur utilise des documents réalisés avec Word, des jeux de cartes pédagogiques, et des études de cas pratiques réels.

Le support de formation sera partagé à l'ensemble des participants.

PUBLIC CONCERNÉ

Les professionnels d'accompagnement

PRÉREQUIS

- Être membre d'une équipe, ou en interaction avec d'autres professionnels
- Être en poste d'accompagnement

ACCESSIBILITÉ

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Notre responsable formation étudiera les adaptations possibles pouvant être mises en place pour suivre la formation.

DÉLAI D'ACCÈS

L'accès de la formation est soumis au délai d'acceptation des financeurs et du temps de traitement de la demande : de 15 jours à 2 mois selon le mode de financement.

MESURES SANITAIRES

Afin d'assurer une sécurité optimale aux participants et au formateur, l'entité bénéficiaire s'engage à respecter les mesures sanitaires mises en place dans un contexte d'endémie, d'épidémie ou de pandémie.

Si les conditions ne sont pas réunies, il sera possible de réaliser la formation en distanciel ou de la reporter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

La formation se déroulera en présentiel au sein des locaux de l'entité bénéficiaire.

•MÉTHODES

Le formateur utilise les méthodes expositives, interrogatives, démonstratives et actives. Il apporte des apports techniques et pratiques, couplés avec des cas pratiques afin d'intégrer au mieux les nouvelles connaissances et compétences. Aussi, les participants sont invités à participer activement aux études de cas concrets, ateliers de travail, débats et mises en situation. Les cas pratiques, issus de cas réels, sont réalisés aussi bien de façon individuelle et sous-groupe pour stimuler les échanges. Debriefing individuel et collectif

ÉVALUATIONS

Modalités d'évaluation :

- Un test d'évaluation des compétences est administré auprès des participants avant l'entrée en formation.
- Une évaluation diagnostique orale est réalisée en début de formation pour recueillir les attentes des participants et vérifier que celles-ci correspondent bien aux objectifs de la formation (permettant d'éviter les mauvaises orientations et ruptures de parcours).
- Des évaluations formatives via des questions orales seront effectuées au cours de la formation.
- En fin de formation, un quizz est réalisé afin de mesurer l'assimilation des connaissances et compétences.

Modalités d'évaluation de la formation :

- A la fin de la formation, une évaluation à chaud de la formation est réalisée par les participants.

Modalités de suivi :

- Une liste des émargements sera remise à l'entité bénéficiaire ainsi qu'un certificat de réalisation.

VALIDATION / CERTIFICATION

- A l'issue de la formation, les acquis de connaissances seront évalués au regard des objectifs de la formation (QCM, quizz, mise en situation...). Une attestation de fin de formation est remise à chaque participant.
- La formation n'est ni inscrite au RNCP, ni au RS.

RÉFÉRENCES DU FORMATEUR

Les formateurs formagora sont référencés sur la base de leurs expertises dans leur domaine d'intervention et leur capacité à partager leur expérience au travers de solutions concrètes et opérationnelles.

Pour plus de précisions sur les expertises et qualifications du formateur, merci de nous contacter.

VOS CONTACTS

FORMAGORA SARL, 40 Allée de la Saulaie, 49800 Trélazé

Au capital de 15 000 € - N° SIRET : 884 745 555 00026 RCS Angers - Code APE : 7022Z - TVA : FR 69 884 745 555

Certificat QUALIOPI n° 24FOR00305.1

N° NDA 52 49 03673 49 enregistré auprès du Préfet de la région Pays de Loire - Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat.

Contacts utiles pour vous apporter des précisions sur les modalités techniques et pédagogiques de cette formation :

- Pour une précision technique : Emeline au 07 79 12 17 23 - emeline@formagora.fr
- Pour une précision pédagogique : Patricia au 06 24 71 06 32 - patricia@formagora.fr

INDICATEURS DE SATISFACTION ET DE PERFORMANCE POUR CE PROGRAMME

- Nombre de stagiaires formés en 2025 : N/A
 - Satisfaction globale moyenne : N/A /10
 - Note générale de la formation : N/A /10
 - Note générale moyenne attribuée aux formateurs : N/A /10

Pour plus de précisions sur les indicateurs de ce programme, merci de nous contacter.

INDICATEURS DE SATISFACTION ET DE PERFORMANCE GLOBAUX *

- Nombre total de stagiaires formés par formagora en 2025 : 1 096
- Nombre total de formations réalisées par formagora en 2025 : 144
- Nombre d'évaluations de satisfaction reçues : 1 051 évaluations
 - Satisfaction globale moyenne : 9,55 /10
 - Note générale de la formation : 9,14 /10
 - Préparation et organisation de la formation : 9,42 /10
 - Note générale moyenne attribuée aux formateurs : 9,88 /10

* Toutes formations confondues

RÉFÉRENCIEMENTS POSSIBLES

OPCO, Fonds de formation des travailleurs indépendants, France Travail, Formiris, VIVEA.
Non finançable par le CPF.