

Comment agir dans les situations chargées d'émotions

Un cours stimulant et interactif qui vous aidera à développer votre capacité à comprendre le fonctionnement de vos propres émotions et celles des autres, ainsi qu'à réguler de manière constructive des situations chargées d'émotions.

«Je pense, donc je suis»? Pas précisément! Comme démontré par des études sur le cerveau, les émotions et les pensées interagissent constamment et guident nos actions (Antonio Damasio). Presque dans chaque décision que nous prenons et à chaque communication avec autrui, les émotions jouent un rôle important et influencent ce qui se passe. Ce cours vous aidera à développer votre capacité à comprendre vos propres émotions, et celles des autres, ainsi qu'à réguler de manière constructive des situations chargées d'émotions.

Intentions

Permettre aux participantes et participants de :

- connaître les émotions et leurs fonctions dans notre vie
- développer sa conscience de l'impact des émotions dans les situations professionnelles
- explorer des pistes pratiques pour réguler des situations émotionnellement chargées

Modalités de travail

2 rencontres de 8 heures

Le déroulement alterne partage des expériences, exercices, réflexions individuelles, et analyse des pratiques. L'apport théorique est dosé, et adapté aux questionnements des participant-e-s. Par souci d'efficacité, et afin de favoriser un climat de confiance, ce cours est pratiqué dans des groupes restreints de 10 personnes maximum.

Formatrices, formateurs

Nir Zalts, chargé d'enseignement, HEP Vaud, UER DV

Destinataires

Cette formation s'adresse à l'ensemble du corps enseignant.

Mode d'inscription

Inscriptions individuelles ou collectives

Dates

Mercredi 22.2.2023,
Jeudi 23.3.2023,
de 8h30 à 16h30.

Délai d'inscription

11 janvier 2023

Matériel des participant-e-s

Aucun

Frais

Aucun

Spécificité du cours

Un dispositif interactif, qui demande une implication personnelle importante de chaque participant-e.

Contacts

Tél. : +41 21 316 95 70
Fax : +41 21 316 24 21
filieres-fca@hepl.ch
candidat.hepl.ch/fc

Informations administratives

Filière Formation continue attestée
Haute école pédagogique
Avenue de Cour 33
CH-1014 Lausanne

Inscriptions

Inscription en ligne ou bulletin d'inscription sous candidat.hepl.ch/fc