

## ACQUERIR DES OUTILS DE COMMUNICATION NON VERBAUX UTILISABLES DANS LE CADRE DU QUOTIDIEN PARTAGE AVEC LES PERSONNES AGEES OU HANDICAPEES

Intra Etablissement

**Public :** Equipe éducative.

**Constat :** Les difficultés de communication avec des résidents à comportement autistiques entraînant un sentiment d'impuissance, voir de démobilisation professionnelle.

**Objectifs :**

- Apprendre des techniques de communication non verbales
- Comprendre et mieux maîtriser ses émotions face à l'incompréhension générée par la problématique autistique, l'objectif étant de rester contenant.
- Développer une écoute différente face au non verbale.
- Apprendre une technique de relaxation centrée sur le corps.
- Améliorer sa capacité à gérer de nouvelles situations.
- Retrouver une nouvelle dynamisation dans le travail, du plaisir à exercer sa profession.

**Contenu :**

### L'écoute et la communication

#### Assertivité

- la confiance en soi
- Savoir faire confiance
- Apprendre à mieux contrôler son souffle pour maîtriser ses émotions

#### Compréhension

Et étude des états émotionnels, à partir de cas réels.

### Communication

- Apprentissage des techniques d'écoute
- Savoir écouter
- Savoir créer des rapports positifs avec « l'autre » et rester en lien avec la personne autiste
- Comprendre le cadre de référence

### Synthèse

Rappel des points essentiels du module.

## Gestion des situations difficiles

### Analyse

des expériences vécues pendant les deux mois écoulés.

### Détente

corporelle par la relaxation dynamique

### Comment

- Approcher le monde sensoriel de la personne autiste
- améliorer sa capacité à accepter de nouvelles situations

**Repérer** les points essentiels du comportement de chacun face à une situation difficile :

- Apprendre à repérer ce que cachent l'agressivité et la colère
- L'estime de soi
- Savoir s'extraire mentalement du contexte pesant
- L'empathie

### Synthèse

Rappel des points essentiels du module.

## Gestion de soi face à la souffrance de l'autre

### Comment

- Canaliser ses émotions face à la souffrance de l'autre et rester chaleureux et humain
- S'aménager un espace de détente personnel
  - au niveau mental
  - au niveau physique

### Travail pratique

- Respirations calmantes
- Relaxation dynamique
- Auto-massage

### Recueil de ses espaces

de liberté et de détente pour retrouver le plaisir d'exercer sa profession et de l'énergie dans sa vie quotidienne

### Synthèse

et questionnaire de fin de stage

## Moyens pédagogiques :

- A partir de cas réels, modèles théoriques explicatifs : Ecoute, Dynamique relationnelle.
- Exercices faciles de repérages émotionnels, de gestion des émotions
- Apprentissage des clés essentielles pour développer son propre allié
- Développement de la confiance en soi, de l'estime de soi.
- Savoir positiver

## Déroulement :

**Durée** : 2 jours

**Effectif** : Groupe de 10 personnes au maximum

**Dates et horaires** :  
à définir

**Lieu** : sur site

**Intervenante** : Psychologue, Formatrice certifiée AFNOR ISO 9001