



FORMATION

Relation d'aide

Coachs et Thérapeutes

« Certification à l'exploitation du jeu aléOz :
reconnaître et apprivoiser ses émotions »

3 J

Une formation certifiante où vous verrez comment...

- Permettre à vos clients d'identifier facilement les émotions qui les perturbent,
 - Leur apprendre à tirer profit de leurs émotions désagréables,
 - Les alerter sur les travers potentiels de leurs émotions agréables,
 - Les aider à réévaluer et choisir leurs émotions en toutes situations.
- ...afin d'élaborer des stratégies personnelles efficaces et écologiques !

où vous allez...

- Savoir utiliser notre jeu ludo-pédagogique en vous appuyant sur des protocoles clairs et opérationnels,
- Intégrer les connaissances opérationnelles sur la théorie du renversement (bases scientifiques de notre jeu) pour apporter des éclairages justes et pertinents à vos clients et coachés.
- Enrichir vos formations en gestion du stress et des émotions, en communication non violente mais aussi en communication, cohésion d'équipe,...

Organisation

- La formation se déroule en 2 modules (2 jours + 1 jour)
- Supervision individuelle pendant l'intersession et 2 mois après la formation
- Examen final à distance pour valider la certification



FORMATION

Relation d'aide – Coachs et Thérapeutes

Certification à l'exploitation du jeu aléOz reconnaître et apprivoiser ses émotions

Introduction et inclusion	Objectifs, contenu, méthodes et attentes des participants. Organisation de la certification
Gestion des émotions : les récentes découvertes des chercheurs	Panorama des résultats des travaux récents des spécialistes en matière de gestion des émotions
Découverte du jeu aléOz : exercice en plénière	Les participants expérimentent le protocole du jeu « reconnaître et apprivoiser ses émotions »
Les bases scientifiques du jeu : la théorie du renversement du professeur M. Apter	Qu'est-ce qu'un état mental ? Un état d'esprit ? L'influence du regard sur nos comportements
Comprendre la théorie du renversement	Lire, analyser une situation avec Apter. Changer de posture mentale pour changer de comportement.
Décoder les liens entre états mentaux et émotions	Les émotions somatiques des états Sérieux/Enjoué Les émotions transactionnelles des états Soi/Autruï
Découverte du protocole de debriefing aléOz	Les participants intègrent le protocole d'animation du jeu « reconnaître et apprivoiser ses émotions »
Approfondissement du jeu aléOz : exercices en sous-groupes	Les participants s'aident mutuellement à faire le point sur une situation personnelle avec le jeu



FORMATION

Relation d'aide – Coachs et Thérapeutes

Certification à l'exploitation du jeu aléOz reconnaître et apprivoiser ses émotions

Approfondissement sur les 8 émotions somatiques	travail sur : anxiété/sérénité, colère/détachement, ennui/euphorie, bougonnerie/espièglerie
Aider un coaché, patient ou stagiaire à exploiter positivement ses émotions somatiques	Entraînement supervisé pour "renforcer l'agilité émotionnelle" des personnes accompagnées
Approfondissement sur les 8 émotions transactionnelles	travail sur : humiliation/fierté, honte/humilité ressentiment/gratitude, culpabilité/bonté
Aider un coaché, patient ou stagiaire à exploiter positivement ses émotions transactionnelles	Entraînement supervisé pour "renforcer l'agilité émotionnelle" des personnes accompagnées
Perfectionnement au jeu aléOz : Supervision et évaluation	Les participants exploitent le jeu en étant supervisés par leurs pairs et le formateur aléOz
Les supports à exploiter en formation	Le formateur aléOz remet aux participants les support PowerPoint exploitables en formation
Comment mettre en avant le jeu et ses applications dans un entretien commercial	Le formateur aléOz fait travailler les participants sur la valorisation de leurs nouvelles compétences
Conclusion et plan de développement	Les participants formalisent leurs plans d'action et programment leur supervision

À l'issue de cette formation de 3 jours, les participants repartent avec :

- Des protocoles d'animation et de conduite d'entretien maîtrisés
- Un jeu Ludo pédagogique innovant pour enrichir vos offre et vos interventions
- Une supervision du formateur-coach aléOz pendant 2 mois
- Une certification autorisant à exploiter le jeu aléOz et l'acheter à un tarif préférentiel

Budget pédagogique

1125,00 € net de TVA par participant hors frais d'étude (salle, pauses, déjeuner)

6 à 9 participants par session