Santé mentale des élèves et CPS (intra)

Renforcer notre résistance au stress et aider les élèves à mieux gérer leurs émotions, leur stress et anxiété.
Cette formation propose des méthodes validées scientifiquement pour nous aider et aider les autres, comprendre les leviers d'une bonne santé mentale pour les activer et enfin comprendre le rôle des compétences psychosociales pour développer nos relations aux autres.

Programme

Objectifs de la formation

Renforcer notre capacité à résister au stress et à l'anxiété

Aider les élèves à mieux gérer leurs émotions, leur stress et anxiété

Découvrir des outils validés scientifiquement pour développer les compétences psycho sociales nécessaires pour à la santé mentale des adultes comme des enfants

Distinguer les stratégies qui fonctionnent (validées par la science) et celles qui sont contre productives

Contenu et programme

Activités interactives, apports théoriques et temps réflexif pour:
- Mieux comprendre le fonctionnement du cerveau pour gagner en impact, en efficacité et en bien être
- Mieux comprendre le rôle des émotions et comment les manager de façon constructive (et aider nos élèves à manager les leurs)
- Comprendre l'importances des CPS et découvrir comment les développer
- Découvrir des modèles et des outils concrets validés scientifiquement pour renforcer la santé mentale. Se les approprier.

Méthodes pédagogiques

- Travaux en sous-groupes, échanges entre pairs
- Analyse et échange de pratiques et d'outils
- Outils et supports pédagogiques (audio, vidéo, image...)

Domaines de formation

- Pédagogie, enseignement, formation

Voie d'accès

- Formation professionnelle

Durée

12

Dates et horaires

A la demande

Lieu de la formation

Libellé inconnu, Libellé inconnu

Modalité

En présentiel

Responsable de la formation

VALERIE DENIS DELOBEL

Langues d'enseignement

- Français

Spécialités de formation

- Enseignement, formation
- Libellé inconnu
- Climat scolaire

Intervenant(s)

SOLENNE ROLAND-RICHE

Formatrice certifiée en Discipline Positive, auteure des 50 règles d'or de l'éducation positive
et des 100 règles d'or du management positif et heureux. Intervenante à Sciences-Po Aix et membre du comité scientifique territorial de l' Aisne, l'Oise et la Somme sur les CPS au service de la Santé mentale (PTSM).

Spécificités

Cible

Cycle 1, 2, 3 et 4

Pré-requis

Être en contact avec les élèves

Résultats attendus

Création d'un plan d'action pour nous et pour nos élèves

Points forts et spécificités

Outils concrets à utiliser dès le lendemain en classe ou pour soi

Nouvelle vision sur la santé mentale (faire grandir ce qui fonctionne plutôt que combattre ce qui ne fonctionne pas)

Comprendre qu'une bonne santé mentale n'est pas être de bonne humeur tout le temps

Formation interactive

Stratégies et méthodes validées scientifiquement

Domaines d'expertises ICP

- Éducation / Pédagogie

Effectifs

De 10 à 25 participants

Inscriptions et Tarifs

Modalités d'admission

- Aucune

Coût de la formation

Formation prise en charge par Formiris pour les enseignants sous contrat avec l'état, financement pédagogique forfaitaire de 1300 euros par journée de formation pour un groupe de 10 à 25 enseignants

Prix par stagiaire hors Formiris : 200 euros la journée de formation.

Financement

- Formiris
- Entreprise
- Organismes financeurs
- Fonds personnels

Modalités d'inscription

Pour les enseignants ou le personnel de droit privé dont la formation n’est pas financée par Formiris, pour toute demande d’inscription venant des régions hors Ile de France, nous vous remercions de bien vouloir contacter le secrétariat de la FacEF: formation-intra@icp.fr

Lieu

Faculté d’Education et de Formation - 74 rue de Vaugirard - 75006 Paris 6e Arrondissement