Faire de son hypersensibilité un atout pour l'établissement

1 jour 7 heures

Programme de formation

Public visé

Enseignants, personnels de vie scolaire, personnel administratif

Pré-requis

Cette formation ne nécessite aucun prérequis.

Objectifs pédagogiques

- Adapter sa posture et son action par rapport aux caractéristiques du trait de Haute-Sensibilité (HSP) et à ses conséquences sur la vie personnelle et professionnelle
- Interagir à partir des besoins inhérents à ce type de fonctionnement et d'une meilleure connaissance de soi

Description / Contenu

Les caractéristiques de l'hypersensibilité - ou Haute-Sensibilité- peuvent générer pour soi-même, voire pour les autres, des difficultés de tout type dans un environnement professionnel. C'est aussi un véritable atout si l'on prend le temps de s'arrêter sur ce que font différemment les personnes douées d'une haute sensibilité. C'est ce à quoi cette formation vous invite en partant d'une approche basée sur le modèle du docteur en psychologie Elaine Aron, qui est une référence dans l'étude de l'hypersensibilité. Ce modèle se fonde sur des données neuro-scientifiques et vous permettra de prendre du recul sur cette dimension de votre personnalité pour en faire un atout, dans votre vie professionnelle comme personnelle.

Modalités pédagogiques

Pour répondre aux objectifs de la formation, nous alternerons apports théoriques, valorisation de l'expérience des stagiaires et cas pratiques, dans la mesure des possibilités selon le mode d'intervention retenu (formation en distanciel).

Modalités d'évaluation et de suivi

Chaque participant remplira en fin de journée, une évaluation de la formation quant aux acquis et à l'atteinte des objectifs pédagogiques.