

|                       |  |
|-----------------------|--|
| Référence             | MIPSSE21   |
| Durée                 | 14 heures  |
| Pédagogie             | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Brainstorming</li> <li>-Outils pédagogiques</li> <li>-Analyse de textes</li> <li>-Analyse de blogs</li> <li>-Ateliers de relaxation</li> <li>-Tests</li> <li>-Grilles d'analyse</li> </ul> |
| Public Visé           | Assistants(es) maternels(les)  |
| Animateur / Formateur |  |
| Prérequis             | Aucun  |
| Lieu                  | Dans nos locaux ou sur site  |

## 1 Objectifs / Finalités

- Développer une écoute de soi pour mieux écouter l'autre
- Identifier les signaux d'alerte et les indices d'insatisfaction liés à une situation donnée personnelle ou professionnelle
- Prévenir les malentendus en identifiant les limites entre vie privée et vie professionnelle
- Proposer des solutions en cas d'insatisfaction pour le salarié et pour l'employeur

## 2 Thématiques

### **Etat des lieux**

- Le contexte du métier d'assistant maternel
- Les compétences personnelles et professionnelles sollicitées pour l'exercer

### **Mieux se connaître pour mieux agir**

- Définir les notions de prendre soin de soi et prendre soin des autres : sphères personnelle et professionnelle
- Définir les notions d'aide et d'accompagnement
- Se considérer dans sa globalité : prendre soin de soi à tous les niveaux
- Favoriser l'Estime de Soi et les compétences psychosociales

- Aborder les vécus positifs et négatifs et les analyser pour adapter
- Favoriser l'expression des émotions
- Développer le lâcher prise pour favoriser la conscience de soi et l'ouverture aux autres

### ***Etre à l'écoute de l'autre en se respectant et en respectant l'autre***

- Etre à l'écoute de l'autre
- Se respecter et respecter l'autre

### ***Impulser des ressources internes et externes pour rester à l'écoute de soi et de l'autre***

- Identifier les ressources internes : points forts, valeurs
- Souligner l'importance de la gestion du temps
- Communiquer autrement : savoir se dire et agir avec authenticité et justesse
- Formuler des solutions
- Identifier les ressources externes

### ***Bilan de la formation***

3

## Evaluations

- Evaluation théorique et pratique en fin de chaque séquence avec reprise si nécessaire d'éléments non acquis
- Evaluation pratique sur des cas concrets en fin de formation