Programme détaillé de l'action de formation

DUREE
7,5 heures, soit 1 jour

CURSUS
Formation 6/6 du cursus coach niveau 1

PREREQUIS
Aucun – Français parlé et écrit
Validé lors d'un entretien

PUBLIC
Professionnels de la santé / coach,
Professionnels de l'éducation scolaire et sportive / professionnels de l'accompagnement.
Groupe : 15 personnes max

INTERVENANT-E
Tania LAFORE

DATES
A consulter sur notre site web
www.mieux-vivre-pnl.fr

INSCRIPTION
L'inscription est effective après validation des prérequis, réception de la convention ou du contrat signé et de 30% d'acompte. Les demandes peuvent être envoyées jusqu'à 10 jours avant le début de la formation si le nombre maximum d'apprenants n'est pas atteint.

RENSEIGNEMENTS
contact@rea-active.com
Tél : **04 50 69 92 70**
Adresse : 72 rue Cassiopée
74650 CHAVANOD

ACCESSIBILITE
Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite.
Formation accessible aux personnes en situation de handicap en fonction d'un entretien préalable pour adaptation du stage.

La Méthode RE
(Régulation Emotionnelle et Stimulation auditive bilatérale)

Module 6/6 du cursus Coach Niveau 1

Descriptif

Tania LAFORE : Enseignante en PNL certifiée par NLPNL, infirmière DE (Diplômé d'Etat), hypno-praticienne, thérapeute en TCC, praticienne en HTSMA (dérivé de l'EMDR) et formée à la méthode TIPI.

La méthode RE (Régulation émotionnelle) est une méthode efficace et rapide pour désactiver "à chaud" les freins et les blocages individuels, ainsi que les émotions fortes (résistances aux changements, peurs, irritations, colères, etc.). Elle associe diverses techniques d'intervention rapide.

A l'issue de la formation, le participant est capable d'intervenir sur une situation d'une personne en difficulté émotionnelle en direct (colère, peurs ...). Il leur permet ainsi de résoudre la difficulté en jeu. Cette formation permet de désactiver une peur, une phobie ou un frein au changement. Association de pleine conscience flash et de stimulation bilatérale alternée, cette méthode s'adresse aux professionnels de l'accompagnement.

Objectifs de formation

A la fin de la formation, l'apprenant sera capable de :

- ✓ Pouvoir aider les personnes directement "à chaud" dans les situations où elles sont en difficulté émotionnelle : peurs, colères...
- ✓ Désactiver des peurs ou phobies ;
- ✓ Ramener les personnes accompagnées en quelques instants à un niveau émotionnel normal, et du même coup les libérer définitivement de cette réaction.

Contenu détaillé

Séquence 1 :

- ✓ Comprendre la différence entre gestion émotionnelle et régulation émotionnelle ;
- ✓ Le rôle des émotions ;
- ✓ Le cerveau et le système limbique ;
- ✓ Les différentes approches de gestion émotionnelle ;
- ✓ La pleine conscience Flash ;
- ✓ Les différentes méthodes issues de la pleine conscience Flash ;
- ✓ Intégration et pratique de la technique ;
- ✓ Comment s'auto réguler ?

Evaluation de fin de séquence :
Mise en évidence des acquis par des "mises en situation".
Evaluation de fin de séquence sous forme de questions ouvertes.

Séquence 2 :

- ✓ La stimulation bilatérale alternée et son concept ;
- ✓ Les liens avec la méthode TIPI, les liens avec l'EMDR ;

Evaluation de fin de séquence :
Mise en évidence des acquis par des "mises en situation".
Evaluation de fin de séquence sous forme de questions ouvertes.

Séquence 3

- ✓ Accompagner un client en difficulté émotionnelle à distance de la situation ;
- ✓ Désactiver une phobie ;
- ✓ Désactiver une émotion récurrente (peur, colère, perte de contrôle) ;
- ✓ La méthode ;
- ✓ Les possibilités d'intervention en cabinet et en urgence tout terrain.

Evaluation de fin de séquence :
Mise en évidence des acquis par des "mises en situation".
Evaluation de fin de séquence sous forme de questions ouvertes.

Moyens pédagogiques

Nos formations sont dispensées sous la forme d'exposés théoriques, démonstrations et applications pratiques avec partage des apprentissages en groupe.
L'ensemble se déroule dans une dynamique de groupe, valorisant l'expression et les différences de chacun. Un livret, complété par le stagiaire, expose de manière claire et concise l'ensemble des contenus du programme de cette formation.

Les moyens techniques

Nos formations se déroulent dans un cadre très précis. Nous disposons de notre propre salle de formation – 72 rue Cassiopée à Chavanod en Haute – Savoie. Nous sommes équipés de tout le matériel nécessaire pour la bonne conduite des séminaires (vidéo projecteur, paper board, …).

Les moyens d'encadrement

Formateurs

Tania Lafore : Enseignante en PNL certifiée par NLPNL. Infirmière DE. Hypno praticienne. Praticienne en TCC. Coach professionnel intervenant à titre individuel auprès des particuliers et des entreprises.

Référent principal des formations : **Tania Lafore**

Références : Consultante –Formation et accompagnement des professionnels aux métiers de la formation professionnelle.

Evaluation de fin de formation

Mise en évidence des connaissances par une évaluation orale sous forme de questions ouvertes.

Suivi de l'exécution de l'action

- ✓ Feuilles de présence signées par le stagiaire et le formateur (par demi-journée de formation) ;
- ✓ Une attestation de formation sera remise en fin de cursus ou en fin de module.

Appréciation des résultats

- ✓ Chaque formation donne lieu à des pratiques supervisées. Ainsi, nous mettons en place une évaluation continue du savoir-faire de nos stagiaires pour valider les acquis de formation et la cohérence pour l'inscription au niveau supérieur.

Bénéficiaires

Tout salarié souhaitant améliorer ses compétences professionnelles.

Valeur ajoutée pour l'individu

Une reconnaissance sociale et professionnelle :

- ✓ Maintenir et développer son employabilité ;
- ✓ Accroître une aisance dans ses fonctions : accéder à davantage de responsabilités ;
- ✓ Etre reconnu dans ses fonctions ;
- ✓ Devenir acteur de son parcours professionnel et personnel : alimenter et enrichir son portefeuille de compétences ;

Valeur ajoutée pour l'entité bénéficiaire

- ✓ Reconnaitre et valoriser les compétences internes ;
- ✓ Motiver et fidéliser les salariés ;
- ✓ Prévenir les risques psychosociaux par une communication efficace et respectueuse ;
- ✓ Favoriser la satisfaction des salariés en leur donnant des outils qui leur permettront de réussir leur mission et d'évoluer professionnellement.

Evaluation de la satisfaction clientèle

- ✓ Evaluation à chaud en fin de formation sous forme de questions ouvertes écrites.
- ✓ Evaluation à froid envoyée par courriel 3 mois après la fin de la formation sous forme de questions ouvertes écrites.

Indicateurs Qualité :

Au 14/04/2025

Nouvelle formation

Barème Note de satisfaction générale :

Comprise entre 8 et 10	Excellent	
Comprise entre 6 et 8	Très satisfaisant	
Comprise entre 5 et 6	Satisfaisant	
Comprise entre 3 et 5	Non satisfaisant	
Comprise entre 1 et 3	Mauvais	