



1 JOUR

7 heures

PUBLIC

Aides à domicile
Auxiliaires de vie

PRÉREQUIS

Aucun

INTERVENANT

Formateur(trice) issu(e)
du secteur médico-social
et de l'aide à la personne

RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE

Olivier MULLER

DATE ET LIEU

À définir

1350€

pour un groupe de 10 personnes
maximum en intra.

Hors frais du formateur.

*Nous consulter pour une formation
en inter.*

BON À SAVOIR

Entrées et sorties permanentes,
mise en oeuvre de la formation
validée dans un délai de 3 mois,
date à planifier en fonction de
vos disponibilités et de celles du
formateur.

Nous invitons les personnes en
situation de handicap à nous
contacter pour une étude de leurs
besoins.

OBJECTIFS

- Comprendre ce qu'est la distance émotionnelle dans la relation d'aide.
- Identifier les enjeux d'une bonne gestion de la distance émotionnelle pour le professionnel et pour la personne accompagnée.
- Acquérir des outils et techniques pour gérer ses émotions et éviter le surinvestissement ou le désengagement.
- Favoriser un accompagnement professionnel tout en préservant son équilibre personnel.

PROGRAMME

Définir la distance émotionnelle : définition et perception, différence entre empathie, sympathie, surinvestissement et compassion, rôle de l'instance émotionnelle dans la relation d'aide.

Les enjeux de la distance émotionnelle : risque d'un manque ou d'un excès de distance, impact sur la qualité de l'accompagnement et sur la personne aidée, partage d'expériences des participants.

Techniques de gestion des émotions : reconnaître et accepter ses émotions, techniques de recentrage, savoir poser des limites.

Construire une posture professionnelle équilibrée : instaurer un cadre relationnel clair avec la personne aidée, savoir demander de l'aide et du soutien, importance du temps de recul et des rituels de déconnexion.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET ÉVALUATION

Formation participative et interactive favorisant l'échange, qui intègre :

- Des apports théoriques sur supports visuels permettant d'actualiser ses connaissances.
- Des exercices de communication, mises en situation, jeux de rôle et un temps dédié à l'analyse des pratiques.
- Un support pédagogique est remis à chaque stagiaire.
- Évaluation collective et individuelle en fin de formation.

EN 2025



session
réalisée



8 salariés
formés



taux moyen
de satisfaction



taux moyen d'atteinte
des objectifs



La certification qualité a été délivrée au
titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION

Abrapa formation - 03 88 37 94 00
contact@abrapa-formation.fr
www.abrapa-formation.fr