



## FORMATION : COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES ET PRATIQUES PROFESSIONNELLES

### Les compétences psychosociales

Les compétences psychosociales sont « la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement » (OMS, 1993).

Les compétences psychosociales sont de 3 types :



### OBJECTIFS DE FORMATION

#### Objectif stratégique

Promouvoir le renforcement des CPS comme levier d'accompagnement.

#### Objectif pédagogique global

A l'issue de la formation, les stagiaires auront renforcé leurs compétences psychosociales (CPS) dans le but de développer leurs pratiques professionnelles et de les mobiliser dans leur relation d'aide et d'accompagnement.

#### Objectifs pédagogiques partiels

- Renforcer les CPS des professionnel-le-s
- Intégrer une connaissance théorique et pratique des CPS
- Identifier les CPS comme leviers dans la relation d'aide et d'accompagnement

### PUBLIC CIBLE

Pour qui ? Les professionnel-le-s de l'insertion, de l'action sociale, de la Justice, du médico-social.

Prérequis : Aucun, si ce n'est celui d'être concerné par le public cible ci-dessus.

## FORMATEURS

Formation animée par un-e psychologue salarié-e de l'association PRISME formé-e à l'animation de groupe et la psychoéducation.

## MODALITÉS

3 jours ou 18 heures de formation modulables

Groupe de 6 à 8 participants

### Les thématiques abordées

- Apports théoriques et pratiques sur les CPS
- Approfondissement des thématiques suivantes : les convictions, la gestion du stress, la connaissance de ses besoins, les émotions, les stratégies d'adaptation et la résolution de problème, l'affirmation de soi, la confiance en soi et l'estime de soi

### Les valeurs de la formation

- Active : les participant-e-s sont acteurs-rices de leur apprentissage
- Expérientielle : les mises en situation et le partage d'expérience au coeur du renforcement des CPS
- Ludique : le jeu comme support pour appréhender les différentes CPS

### Le livret de Formation

A l'issue de la formation, le stagiaire reçoit un livret comprenant les apports théoriques abordés.

### L'évaluation des acquis

- Évaluation des acquis via un questionnaire avant et après la formation intégrant des questions théoriques.
- Réception d'une attestation à l'issue de la formation.

## TARIFS

En intra, dans vos locaux ou dans des locaux extérieurs :

A partir de 3 960 € TTC.

Nous contacter, durée et tarif pouvant être sur mesure.

En inter :

Financement individuel 690 € TTC

Financement OPCO 990 € TTC

Nous contacter également si vous pensez que cette formation nécessite une adaptation.

## CONTACT

Référente pédagogique : Alix DELECAUT

Email : [formation@association-prisme.com](mailto:formation@association-prisme.com)

Site : <https://association-prisme.com/>

Tel : 03 62 02 20 03