



## Informations

### Dates et horaires

Le mercredi 2, le jeudi 3 et le vendredi 4 avril 2014,  
de 9h à 17h.

Date limite d'inscription : 19 mars 2014.  
Maximum de participants : 7 participants.

### Coût de la formation

250 euros

Notre cafétéria met à disposition une petite restauration

### Lieu et adresse de la formation

HELHa – Jeanne d'Arc  
Quai des Salines 28  
7500 Tournai  
Tél. 069 89 05 10

### Personne de CONTACT

Christine Geulette

Tél : 0475 45 51 71

Email : christine.geulette@helha.be

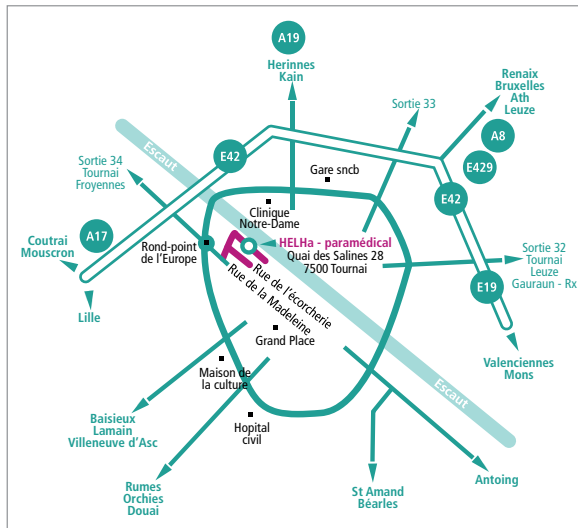
INSCRIPTIONS EN LIGNE sur :  
<http://www.helha.be/formation-continue-paramedical>

Paramédical

## Plan d'accès

### HELHa Jeanne d'Arc

Quai des Salines, 28 - 7500 Tournai



E.R.: Christine Geulette - HELHa

# FORMATION

**Un laboratoire  
émotionnel au service  
d'une liberté personnelle**  
L'émotion au centre du  
travail relationnel

Le mercredi 2, le jeudi 3  
et le vendredi 4 avril 2014

Inter-Sections

**HELHa**  
Haute École Louvain en Hainaut

Plus d'infos sur [www.helha.be](http://www.helha.be)



## Objectifs

**La souffrance inhérente aux pathologies des émotions est souvent le résultat d'une réaction du refus de l'émotion. En général, face à une émotion intolérable, l'individu ne peut que s'engager dans un comportement d'évitement ou de suppression émotionnelle. Ces mécanismes réduisent fortement les capacités d'adaptation et la liberté des personnes.**

**La formation propose un modèle de compréhension des processus émotionnels. Les participants auront l'occasion de découvrir et d'expérimenter une palette variée d'exercices et de techniques permettant d'intégrer les émotions dans leur pratique professionnelle. La formation offre également la possibilité de partir à la rencontre de soi et d'explorer son propre fonctionnement émotionnel.**

**Les objectifs de la formation sont les suivants :**

- Comprendre comment les émotions fonctionnent et dysfonctionnent ;
- Offrir la possibilité à chacun d'explorer son propre fonctionnement émotionnel ;
- Proposer des pistes de travail pour mettre en place une pratique professionnelle centrée sur les émotions ;
- Se familiariser à l'utilisation de techniques thérapeutiques appliquées aux émotions.

## Public concerné

Infirmier gradué/bachelier, infirmier breveté ou assimilé, psychologue ou toute personne intéressée par un travail sur les émotions.

## Contenu

**La formation comprend :**

- La présentation d'un modèle théorique du fonctionnement émotionnel normal et pathologique ;
- L'utilisation des techniques d'ancrage dans le travail émotionnel ;
- L'utilisation des outils de pleine conscience ;

- L'utilisation de techniques artistiques pour favoriser l'émergence et la conscience de l'émotion ;
- La présentation du concept de flexibilité psychologique développé par la Théorie d'Acceptation et d'Engagement (Hayes & Strosahl, 2004) ;
- Des exercices pratiques visant à augmenter la flexibilité psychologique.

## Formateurs

**Raphaël Gazon** : psychologue psychothérapeute cognitivo-comportementaliste. Il s'est formé à diverses méthodes thérapeutiques pour le traitement des psycho-traumatismes et s'est spécialisé dans le traitement des troubles de la personnalité état-limite, des troubles dissociatifs et des traumatismes complexes.

Il s'intéresse aux dysfonctionnements émotionnels et à l'application de techniques de méditation en psychothérapie. Il anime des groupes de communication, de pleine conscience et de régulation des émotions.

**Anne-Françoise Thomsin** : ergothérapeute en psychiatrie. Elle est formée en théâtre-thérapie et en yoga du rire. Elle a fait des formations brèves en clown, contes et marionnettes et, dernièrement, une formation en massage assis. Elle anime des groupes d'expression créative et d'impro-théâtre depuis plus de 10 ans.

Depuis 2 ans, ils animent ensemble le groupe "recréation" qui propose un travail de conscience et de régulation émotionnelle par le biais de techniques artistiques diverses.

## Méthodes

La formation s'appuie sur les méthodes utilisées en pédagogie pour adultes favorisant la prise en compte des expériences professionnelles des participants et l'analyse de leurs pratiques: exposés théoriques, exercices pratiques individuels et collectifs et illustrations cliniques.



## Bulletin d'inscription

Le bulletin d'inscription doit nous parvenir de préférence en ligne via le site de la HELHa: [www.helha.be/formation-continue](http://www.helha.be/formation-continue) (paramédical) **ou** par voie postale (HELHa, Catégorie Paramédicale, Sabine Hans, rue Ferrer 159 à 7100 Haine-Saint-Paul) **ou** par fax (064 23 38 46) **avant le 19 mars 2014** (max. 7 participants).

### Coordonnées personnelles:

Nom de jeune fille : ..... Prénom : .....

Adresse privée .....  
.....

Tél. : .....Gsm : .....

Mail : .....

### Coordonnées de l'employeur:

Nom de l'institution : .....

Adresse .....  
.....

Tél. : .....Gsm : .....

Mail : .....

Fonction au sein de l'institution : .....

Service dans lequel vous travaillez : .....

Ancien de l'école  oui  non

**Je m'inscris au module: Un laboratoire émotionnel au service d'une liberté personnelle.**

**Je verse la somme de 250 € au n° de compte de la HELHa, Catégorie Paramédicale : IBAN BE77-7785-9110-7042 BIC GKCCBEBB en mentionnant :**

**"nom, prénom, PA21X-SI-140402-FOEMOTIONS"**

Votre inscription est validée sur base de la date du versement.

Date : .....

Signature: