



CREDE

CENTRE  
DE RESSOURCES  
EN ÉDUCATION  
DE L'ENFANCE

DIRECTION

## LES ÉMOTIONS DANS LA PRATIQUE : COMMENT LES IDENTIFIER, COMPRENDRE LEUR MESSAGE ET AGIR EFFICACEMENT ?



Vendredi 13 janvier 2023  
Lundi 6 février 2023

« Je pense, donc je suis »...? Pas précisément !

Comme démontré par des études sur le cerveau, les émotions et les pensées interagissent constamment et guident nos actions (Damasio, 1995). Presque dans chaque décision que nous prenons et à chaque communication avec autrui, les émotions jouent un rôle et influencent ce qui se passe. Ce cours vous aidera à développer la capacité à identifier vos propres émotions et celles des autres, ainsi qu'à les « gérer » en temps réel, afin d'optimiser votre pratique.

### MODALITÉS

**Un dispositif interactif, qui demande une implication personnelle importante, afin d'en bénéficier.**

Le déroulement alterne partage des expériences, exercices, réflexions individuelles, mises en situation et analyse des pratiques. L'apport théorique est « dosé » et adapté aux questionnements des participant·e·s. Par souci d'efficacité, ce cours est pratiqué en groupes restreints de 10 personnes maximum, afin de favoriser un climat de confiance et de permettre un apprentissage adapté aux besoins.

## OBJECTIFS

- Connaître les émotions et leurs rôles dans notre quotidien.
- Comprendre l'impact des émotions dans la motivation et dans les relations.
- Prendre conscience de son style émotionnel et de ses effets.
- Identifier et pratiquer des approches concrètes pour gérer des situations émotionnellement chargées.
- Savoir exprimer son ressenti de manière constructive.

## INTERVENANT

### Nir Zalts

Coaching et supervision,  
master en psychologie sociale  
et d'entreprise, chargé  
d'enseignement à la HEPL

## DATES

Vendredi 13 janvier 2023  
Lundi 6 février 2023  
De 9h à 17h

## PUBLIC

Directions de structures d'accueil  
du pré- et parascolaire

## TARIF

CHF 580.-

## LIEU

CREDE, salle de formation,  
2ème étage

**INSCRIPTION** à remplir sur  
notre site [www.crede-vd.ch](http://www.crede-vd.ch)

## RENSEIGNEMENTS

Contact : Mme Céline Marti  
[info@crede-vd.ch](mailto:info@crede-vd.ch)



**CREDE**

Avenue des Figuiers 28 - 1007 Lausanne  
Tél. +41 21 601 74 54, [info@crede-vd.ch](mailto:info@crede-vd.ch)