

L'HUMOUR, UN OUTIL AU SERVICE DE L'ACCOMPAGNEMENT

SAN44

PRÉREQUIS

Aucun prérequis

DURÉE

3 jours, 21 heures

CERTIFICATIONS

Attestation de stage

PROCHAINE(S) SESSION(S) : 2024

| | |
|-----------------|----------------|
| Besançon | Nous consulter |
| Belfort | Nous consulter |
| Vesoul | Nous consulter |
| Lons-le-Saunier | Nous consulter |

CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

- Définir ce que l'on entend par « humour »
- Reconnaître l'humour comme moyen d'action et prendre conscience de son importance et de son influence dans sa pratique professionnelle
- Connaître les différentes utilisations et bienfaits de l'humour dans sa relation à l'autre (public accueilli, patients, usagers, familles, collègues...)
- Comprendre les caractéristiques et les mécanismes d'action de l'humour
- Identifier les limites et les écueils que peut avoir le recours à l'humour
- S'exercer à utiliser l'humour, pour notamment : prendre de la distance, sortir de situations difficiles ou conflictuelles, mieux gérer ses émotions, « jouer » avec le cadre institutionnel... mais surtout prendre du plaisir dans sa relation à l'autre
- Utiliser l'humour dans sa pratique professionnelle.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- mieux comprendre ce qu'est l'humour et en comprendre les fonctions et les fonctionnements
- identifier sa propre vision de l'utilisation de l'humour dans le cadre de son travail
- définir dans quelle situation son emploi est approprié ou non
- prendre pleinement conscience des effets bénéfiques de l'humour dans l'accompagnement éducatif en définir clairement les limites.
- connaître son humour, appréhender celui de l'autre et utiliser cet outil supplémentaire dans son quotidien de situations plus ou moins difficiles et délicates.
- Pratiquer l'humour et intégrer quelques réflexes et données pour mieux gérer le stress selon sa personnalité et les situations qu'il rencontrera.

PROGRAMME

Comprendre les mécanismes et les différentes facettes de l'humour

- Pour une meilleure compréhension de l'humour
- Définition et apports théoriques autour de la notion d'humour
- Pourquoi rit-on ? Les mécanismes de l'humour
- Les limites de l'utilisation de l'humour
 - Les obstacles à la compréhension du trait humoristique
 - Quand l'humour devient agressivité
- Les effets de l'humour
 - Sur le plan physiologique
 - Sur le plan psychologique
 - Sur le plan relationnel et social
- Humour et créativité / Humour et liberté
- Les différents types d'humour : un prisme coloré

L'humour dans la pratique professionnelle

- Les règles morales d'utilisation de l'humour en milieu professionnel
- L'humour comme élément de cohésion dans l'équipe de travail

- L'impact de l'humour dans la relation d'aide
- Rappel des spécificités de la relation d'aide
 - L'humour comme facteur de résilience
 - L'humour comme « oxygène » dans la relation à l'utilisateur et son entourage
- Clarifier ses objectifs par rapport à l'utilisation de l'humour en situation professionnelle :
 - Humour et apprentissage
 - Humour et autorité

Pratiquer et expérimenter l'humour pour optimiser ses relations au quotidien

Mieux se connaître, créer une dynamique de groupe et mise en confiance

Ateliers dirigés vers l'expression, la spontanéité, la prise de contact et la parole, la gestuelle, le déplacement, l'intention et l'intonation, l'écoute et la reformulation, la transmission d'informations.

Sous forme ludique, ces ateliers permettront à chacun de mieux se connaître en repérant ses forces et faiblesses dans le relationnel et aborder l'humour sous toutes ses formes.

Chaque atelier est suivi d'un bilan sous forme d'échange en groupe

Cerner l'humour, ses limites et exercer la pratique de chacun

Training sous forme de jeux de rôles.

Sketchs de mises en situations professionnelles (thèmes concernant l'équipe de travail, la relation avec les familles et l'entourage, la relation avec « les patients, les usagers ») adaptées aux participants et proposées par les stagiaires :

- acceptation sociale de la souffrance
- le regard porté sur le handicap
- cohésion d'équipe
- gestion du stress
- parler d'un sujet difficile
- cerner l'humour de l'autre
- risques et limites de l'humour

Travail et échange sur les bienfaits de la distance permise par l'humour ainsi que les capacités de chacun à savoir le manier (forme, degrés, sensibilité, adaptabilité)

Analyse des solutions proposées durant les improvisations et réflexion sur la mise en pratique en milieu professionnel.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Ateliers maniant l'humour pour repérer son style d'humour

Sketches et jeux de rôle

MODALITÉS D'ÉVALUATION

QCM ou étude de cas/mise en situation

Rejoignez-nous et suivez-nous sur :



BESANÇON

46, avenue Villarceau
25000 Besançon
Tél. : 03 81 25 26 06

BELFORT

1, rue du Docteur Fréry
90000 Belfort
Tél. : 03 84 54 54 84

VESOUL

1, rue Victor Dollé
70000 Vesoul
Tél. : 03 84 96 71 08

LONS-LE-SAUNIER

87, Place de la Comédie
39000 Lons-le-Saunier
Tél. : 03 84 86 42 07

Pour toute demande d'informations : contact@sifco.eu