



HAPPY ATTITUDE
Coaching – Formation – Médiation
Communication – Motivation – Pilotage des transitions

Enseignants & Enseignants-Stagiaires

Boostez votre prise de poste avec l'atelier Happy PROF



Réunion d'information gratuite

Le 22 septembre 2016 à 19h00

Chez Espace&Co

Happy Attitude / Corinne Dulac – Coaching & Formation – chez Espace&Co 24 rue Emile Zola, 45000 Orléans

Mob : 06.21.33.57.13 – Siret : 534 129 077 000 28 – Ape : 7022Z

Email : happy.attitude.coaching@gmail.com

Happy Attitude est agréé en tant qu'organisme de formation auprès de la DIRECCTE



Sommaire

- Contexte
- Programme détaillé
- Objectifs
- Outils
- Les modalités
- Votre coach
- Les bénéfices de l'accompagnement
- Témoignage

Contexte:

Le programme ***Happy prof*** est dédié à tous les enseignants et/ou enseignants stagiaires qui rencontrent des difficultés dans l'exercice de leur profession, du stress, de la fatigue morale ou physique et qui sont motivés à changer de regard sur eux et leur situation.

L'objectif de ce programme est de proposer un suivi et un soutien, des clés de compréhension sur la dynamique des relations humaines, et la possibilité de s'entraîner et de progresser avec un groupe de pairs.

Ces ateliers interactifs pratiques feront appel à l'intelligence collective et permettront l'émergence de solutions personnalisées et immédiatement applicables.

Programme détaillé

1- Pourquoi avoir choisi de devenir enseignant ?

- ✓ Clarifier vos motivations, attentes et représentations du métier d'enseignant.
- ✓ Définir votre rôle et vos missions

2- Trouver vos marques

Etablir un plan d'action pour appréhender vos nouvelles fonctions :

- ✓ Apprivoiser son environnement, l'établissement, son règlement intérieur, les locaux, le rôle et missions des autres intervenants.
- ✓ Scénariser la première heure de cours, la journée : comment se présenter, rentrer en contact avec les élèves, présenter le programme, et le cadre pédagogique.

3- Posture, présence et voix en classe

- ✓ Prendre conscience de ses émotions et ressentis pour mieux les gérer
- ✓ Communication verbale et non verbale
- ✓ Identifier ses freins, ses peurs ses croyances pour mieux les dépasser
- ✓ Comment le chant peut vous aider à poser votre voix
- ✓ Développer votre confiance :
Se dépasser en utilisant les outils de la PNL et les ancrages de confiance

4- Apprendre à se positionner, à poser les limites

- ✓ Comment gérer le chahut, les bavardages, les débordements : de l'usage équilibré de l'autorité et des sanctions
- ✓ Apprendre à dire non, sans blesser
- ✓ Poser un cadre rassurant pour favoriser le travail, l'attention et la concentration.

5- Gérer son stress, les journées difficiles

- ✓ Qu'est-ce que le stress ? comment agir ?
- ✓ Le stress relationnel : sortir du triangle de Karpman : Victime Sauveur Bourreau
- ✓ Les bases de la sophrologie et de la méditation pour retrouver un état interne apaisé

6- Animer, motiver ses élèves, développer votre créativité

- ✓ Développer sa capacité à entraîner, à motiver
- ✓ S'entraîner à la mise en place d'outils pédagogiques motivants
- ✓ Apprendre à encourager, à repérer les talents de ses élèves



HAPPY ATTITUDE
Coaching – Formation – Médiation
Communication – Motivation – Pilotage des transitions

Objectifs :

- Clarifier ses motivations, ses désirs et les confronter à la réalité du métier d'enseignant
- Se préparer à la rentrée, aux premières de classe, aux premiers contacts avec les élèves
- Passer de la posture d'étudiant à celle d'enseignant
- Renforcer sa confiance
- Motiver sa classe
- Gérer son stress et les situations difficiles

Les outils :

- Echange d'expériences
- Cartographie des valeurs et des motivations
- Jeux de rôles
- Vidéos, photos
- Activités pour apprendre à gérer le stress : sophrologie, chant
- Communication assertive ou non violente
- Analyse transactionnelle
- Plan d'action collectif et individuel

Les modalités

Durée de l'accompagnement : 6 mois, à partir du mois octobre 2016

Effectif : 8 personnes maximum

Fréquence des réunions : 1 fois par mois

Durée des réunions : 2 heures

Horaires : 19h00-21h00

Calendrier 2016 : 4/10-9/11-7/12.

Calendrier 2017 : 18/01-7/02-15/03

Tarif : 300 euros TTC/ les 6 réunions

Lieu : chez Espace&Co – 24 rue Emile Zola, 45000 Orléans

Les intervenants :

Corinne Dulac : Coach, Formatrice, Médiatrice

Pour la sophrologie et les exercices sur la voix, un spécialiste nous rejoindra.

Les + de l'accompagnement :

- Accompagnement sur la durée : 6 mois
- Intelligence collective : ce sont les participants qui trouvent leurs propres solutions
- Mise en pratique pendant les sessions
- Soutien du groupe et des autres participants, un temps privilégié pour s'exprimer
- Confidentialité
- Action sur l'esprit , le mental, nos sphères émotionnelles et corporelles

Cyril, Enseignant-Stagiaire

« J'ai commencé à faire un travail avec Corinne dans le but de me sentir préparé pour ma première rentrée dans l'éducation nationale en tant que professeur.

Avant les séances, j'avais peur de cette première rentrée :

- *Peur de se retrouver face à un public.*
- *Peur du comportement des élèves.*
- *Peur de ne pas avoir d'impact sur leur comportement.*
- *Peur de ne pas être compétent ou de ne pas être reconnu dans ma discipline.*
- *Peur du jugement du tuteur et des inspections.*

Corinne m'a apporté des outils pour affronter ces peurs et diminuer leurs intensités. Pour moi, les étapes centrales ont été :

- *Me faire passer du statut d'étudiant à celui de professionnel.*
- *Clarifier mon désir de devenir enseignant : Pourquoi ? Quelles étaient mes motivations et me permettre de comprendre que j'avais assez de motivation pour que ça vaille le coup.*
- *Changer ma vision de l'autorité que je n'avais pas envie d'assumer devant les élèves. Le voir comme un outil apportant de la sécurité aux élèves et un cadre confortable de travail.*
- *L'étape la plus importante pour moi était de me sentir légitime. Je suis le professeur, les élèves en ont conscience. J'assume cette position.*

- *Apprendre à être content de son travail.*
- *Apprendre à se mettre de petits objectifs plutôt que de vouloir tout gérer d'un coup.*

C'est un travail d'équipe, Corinne a mis son énergie, son dynamisme, m'a même de temps en temps un peu secoué pour m'aider à devenir enseignant, mais le travail ce fait à deux. Ça demande d'être prêt à changer, d'être prêt à se remettre en question.

Le soutien c'est déroulé sur une année. La fréquence des séances dépendait de l'objectif à atteindre entre deux séances (J'apprends à dire non par exemple et y compris à mon entourage).

Nous nous sommes vus également pour préparer les temps forts de l'année (inspections, classe qui se dissipe ponctuellement, coup de mou de ma part...). Le premier type de séance est le travail sur soi sur du long terme, et l'autre est la séance coup de fouet pour être ponctuellement prêt à en découdre. »

C'est un travail d'équipe, Corinne a mis son énergie, son dynamisme, m'a même de temps en temps un peu secoué pour m'aider à devenir enseignant, mais le travail ce fait à deux. Ça demande d'être prêt à changer, d'être prêt à se remettre en question.



HAPPY ATTITUDE
Coaching – Formation – Médiation
Communication – Motivation – Pilotage des transitions

Participer au coaching Happy Prof

Une approche pratique, concrète, participative pour optimiser les chances d'intégration et de succès des professeurs dans l'exercice de leur profession.

Réunion d'information gratuite

Le 22 septembre 2016 à 19h00

Chez Espace&Co

Informations et inscriptions :

Happy Attitude – Corinne Dulac : 06.21.33.57.13

@ : happy.attitude.coaching@gmail.com / web : happy-attitude-coaching.com