



# PLAN DE FORMATION

## QUAND L'ANXIÉTÉ PREND TOUTE LA PLACE.

**FORMATRICE :** Cynthia Girard, psychoéducatrice & médiatrice familiale

### Comprends le volet «programme éducatif»

#### DESCRIPTIF :

L'anxiété, l'angoisse, le stress et les troubles anxieux sont de plus en plus fréquents. Les parents, les intervenants et les enseignants doivent composer avec ces derniers au quotidien. Il est parfois complexe et difficile de bien accompagner un jeune vivant de l'anxiété, et ce, pour de multiples raisons. Cette formation offre un contenu spécifique sur l'accompagnement d'un enfant vivant de l'anxiété. La personne suivant cette formation sera en mesure d'intervenir de manière quotidienne et personnalisée selon les besoins de l'enfant vivant de l'anxiété.

#### OBJECTIF :

1. Démystifier les mythes, les préjugés et les réalités reliés à l'anxiété et ces différentes manifestations;
2. Les personnes qui suivent la formation se familiariseront avec les fondements et les différents troubles anxieux ;
3. Les personnes qui suivent la formation seront en mesure de dépister les troubles anxieux et les différentes manifestations de l'anxiété et ainsi référer au bon professionnel si tel est le cas;
4. Les personnes qui suivent la formation développeront des acquis afin de mieux comprendre et ainsi mieux intervenir avec un jeune ayant un trouble anxieux;
5. Les personnes qui suivent la formation recevront des pistes et des outils d'intervention afin de composer au quotidien avec l'anxiété problématique;
6. Remise de documentation et d'outils d'intervention.

**DURÉE :** 3 heures ou 6 heures (contenu adapté en fonction des attentes du client).

Le bloc de 6 heures peut aussi se définir ainsi : deux blocs de 3 heures entrecoupés à deux dates différentes afin de permettre aux intervenants d'expérimenter les acquis du premier bloc de 3hrs. Le deuxième bloc permet de faire un retour et ainsi aider les intervenants à perfectionner leurs acquis avec des exemples concrets provenant de leurs expériences basés sur les concepts du premier bloc.

**DATE, HORAIRE, ENDROIT :** à déterminer

**CETTE FORMATION PEUT ÊTRE ADAPTÉE EN CONFÉRENCE POUR UN GROUPE DE PARENT**

