

PROGRAMME DE PRÉVENTION ET PRISE EN CHARGE DE L'ANXIÉTÉ DE PERFORMANCES SCOLAIRES CHEZ L'ADOLESCENT

Groupe CAPS : « Contrôle ton Anxiété de Performance Scolaire »

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Définition de l'anxiété de performance scolaire
- Comprendre les éléments théoriques du programme CAPS : introduction aux thérapies cognitivo-comportementales TCC et à la gestion du stress
- Présentation de l'ensemble du programme afin de permettre la mise en place du programme en groupe ou en individuel et mise en pratique
- Maîtrise d'outils concrets de gestion du stress dans les situations de performance scolaire et de développement de stratégies adaptatives.

La formation peut être adaptée et personnalisée en fonction du public.

PUBLIC CIBLÉ

Tous professionnels travaillant dans le champ de la santé mentale avec une population d'adolescents

ANIMATION PÉDAGOGIQUE

- **Nesensohn Jessica**, Psychomotricienne - CHU Montpellier
- **Chichery Nadège**, Psychomotricienne, activité libérale

RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE

- **PURPER OUAKIL Diane**, Pédopsychiatre, PU – PH, CHRU Montpellier

PROGRAMME

1^{ère} demi-journée

Apports théoriques sur l'anxiété de performance scolaire chez l'adolescent

Construction du programme et fondements théoriques : TCC de gestion du stress, présentation des outils d'évaluation du programme et des stratégies de coping

2^{ème} demi-journée

Expérimentations pratiques : contenu détails des séances, et mise en pratique

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Exposés théoriques ; Vidéo-projections / Films ; Mises en situation pratique ; Liste de ressources bibliographiques

MODALITES D'EVALUATION DE L'ACTION :

- QCM (avant la formation et en fin de formation)
- Questionnaire de satisfaction

FORMALISATION A L'ISSUE DE LA FORMATION :

- Attestation

Durée : 1 journée soit 7 heures

Date : 20 mars 2020

Nombre d'inscrits : 20 personnes

Lieu : Locaux de l'afree - Montpellier

Coût : institutions et/ou par l'employeur : 230,00 € - professions libérales et/ou à titre individuel : 180,00 €