



# ANALYSE DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

## COACHING

## FORMATIONS

Faisons le point  
ensemble !

07.86.45.16.25

*Un accompagnement  
adapté à vos besoins*

[cecile@coachplusdevie.com](mailto:cecile@coachplusdevie.com)

# les Bénéfices d'être bien accompagné



*Être accompagné de façon ajustée apporte de nombreux bénéfices. Parmi ceux-ci, on peut notamment citer :*

## > à titre PERSONNEL :

- la capacité à prendre du recul vis-à-vis de sa pratique,
- une plus grande confiance en soi dans sa pratique,
- un meilleur équilibre émotionnel,
- une croissance humaine et professionnelle...



## > au sein des EQUIPES et des établissements :

- une plus grande solidarité ,
- l'amélioration de la Qualité de Vie et des Conditions de Travail (QVCT),
- l'amélioration de la communication qui évite conflits et tensions.

*Qu'est-ce qui a besoin d'être amélioré ?*

# **PRENDRE SOIN DE CEUX QUI PRENNENT SOIN !**

Les **métiers du médico-social** et de **l'éducation** sont sous **tension**. La crise du COVID-19 n'a fait que mettre une lumière plus crue sur cette réalité déjà existante. Les défis pour trouver des personnes qui s'engagent dans ces métiers en sont le signe.

D'où l'importance de pouvoir être **soutenus**, **accompagnés** tant en tant que soignants / éducateurs, qu'en tant que cadres, pour pouvoir continuer sa mission et améliorer ses compétences et la Qualité de Vie et les Conditions de Travail (QVCT).

Dans cette brochure, vous trouverez les différentes propositions d'accompagnements que je peux vous proposer selon vos besoins.

Bonne lecture et à bientôt !

Cécile Azard



**Trouver  
l'ACCOMPAGNEMENT  
qui correspond  
à VOS BESOINS !**

1

Analyse des  
pratiques  
professionnelles

page 3

2

Coaching

page 6

3

Formation

page 8

# ANALYSE DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

## Qu'est-ce que l'analyse des pratiques professionnelles ?

L'analyse des pratiques professionnelles (**APP**) est un temps de partage, de relecture et d'analyse de sa pratique professionnelle. Vécu le plus souvent en groupe, il permet de partager ses questionnements, de relire sa pratique et de prendre de la distance vis-à-vis d'elle en la partageant avec d'autres.



Pour un travail efficace, **une rencontre par mois** est conseillée. Par ailleurs, pour favoriser un regard neuf, il est préconisé de changer d'intervenant tous les trois ans.

## Forfait de 11 séances / an + éventuellement bilan(s)

« Les intervenants feront la distinction la plus claire possible entre un travail centré principalement sur « l'usager » et son accompagnement que nous nommons ici « Analyse des Pratiques » et l'accompagnement de problématiques institutionnelles ou d'équipe relevant plus d'un travail de « Supervision » ou de « Cohésion d'équipe. »

**Charte déontologique en analyse des pratiques professionnelles**

# Les CONDITIONS d'une APP qui fonctionne ?

- Le strict respect de la **CONFIDENTIALITE** est une des conditions fondamentales de la possibilité d'un réel échange au sein du groupe. Elle concerne l'intervenant en APP, la direction / les cadres et chaque membre des équipes APP et les équipes entre elles.
- L'**ENGAGEMENT LIBRE** des participants est aussi une condition importante. La participation est volontaire, même si elle peut être encouragée.
- Le **RESPECT** mutuel et l'apport de situations concrètes.
- La **PONCTUALITE** et la clarté de **COMMUNICATION** sur les lieux et horaires des rencontres .
- Un **LIEU** de rencontre qui favorise ces différents éléments, où les personnes se sentent à l'aise et ne seront pas dérangées pendant le temps d'analyse des pratiques.



## Les bilans

Les bilans n'ont rien d'obligatoire. Si les équipes ont déjà l'habitude de vivre de l'APP, ils ne sont pas forcément nécessaires. On ne peut partager que ce que l'équipe souhaite partager, dans le respect de la confidentialité.



Dans le cas de démarrage d'un groupe d'Analyse des pratiques professionnelles, les bilans peuvent être bons pour voir le chemin parcouru et permettre un dialogue avec la direction.

Je préconise d'avoir un bilan intermédiaire et un bilan final lors d'un démarrage d'un groupe. La rencontre dure alors deux heures : une heure où je suis seule avec l'équipe pour voir ce qu'elle veut remonter, une heure avec l'équipe et la direction où je suis facilitatrice.



# Que contient une séance d'APP ?

taille du groupe :

10 personnes maximum

durée d'une séance : 1h30



1

INCLUSION / DECLUSION – temps d'accueil de chacun/e avec ce qu'il/elle vit et partage d'une situation sur laquelle la personne veut travailler. Temps d'envoi de la personne et du groupe. Avec quoi elle repart ?

2

ANALYSE et PARTAGE – quand une situation est apportée, les membres du groupe apportent leur questionnement et partagent leur expérience pour que la personne qui apporte l'expérience gagne en clarté. Le point d'attention est le respect des personnes et la liberté dans la prise de parole.

3

PRENDRE SOIN – les équipes ayant souvent peu de temps pour se refaire, j'inclus dans mes séances des brefs moments de relaxation, méditation, cohérence cardiaque, exercices physiques pour que les personnes aient des ressources rapides pour se refaire au quotidien dans leur engagement.

4

APPORT THEORIQUE – Il est parfois nécessaire d'apporter des éléments théoriques, notamment sur les jeux relationnels : triangle de Karpman, analyse transactionnelle, communication non-violente... pour aider la personne à comprendre ce qui se joue souvent inconsciemment.

*L'important est de s'adapter à ce que les personnes apportent pour répondre au mieux à leurs besoins. La pondération des différents éléments est donc unique et différente à chaque séance.*

5



# COACHING

## Qu'est-ce que le coaching ?

C'est l'accompagnement d'une personne ou d'une équipe pour atteindre un objectif. Ce partenariat aide le groupe ou la personne coaché/ée à bâtir ses propres solutions.



## Pour Quoi demander un coaching ?

Il est pertinent de demander du coaching :

- soit pour **dépasser un blocage**,
- soit pour **atteindre plus rapidement un objectif** que l'on s'est fixé,
- soit pour **améliorer sa pratique**, sa compétence sur un point spécifique.



## Coaching individuel

**Pour qui ?** Le coaching individuel est le plus souvent proposé pour des managers ou cadres, directrices/directeurs, IDEC...



**QUELLES PROBLEMATIQUES ?** Le coaching individuel permet de travailler des problématiques personnalisées en lien avec le management, la gestion du stress, l'estime de soi - par exemple.

## Les conditions d'un coaching qui fonctionne

- Le coaching fonctionnera si les personnes s'y engagent VOLONTAIREMENT et LIBREMENT. L'engagement est le garant du cheminement.
- La CONFIDENTIALITE est fondamentale pour que la personne ou le groupe accompagné se sente libre de partager réellement ce qu'elle/il vit.

## Coaching d'équipe

Le coaching d'équipe peut-être nécessaire pour faire grandir la cohésion au sein des équipes. Elle peut aider aussi à la mise en place de gestion de projet.



**Pour quoi ?** Cohésion d'équipe, gestion de projet, mise en place de procédure...

# FORMATIONS

## Qu'apporte la formation ?

La formation continue permet de ne pas rester sur des acquis anciens et de renouveler son regard sur sa propre personne, sa pratique et son entourage. Elle est source de croissance humaine et professionnelle et est transmise sous la forme d'une pédagogie interactive et participative pour permettre une meilleure intégration.



## Quels formats ?

- atelier de 2h00
- demi-journée
- journée
- cycle de formation annuel



# Quels thèmes de formation?



## ESTIME DE SOI

- Estime de soi, confiance en soi...
- aller à la découverte de ses forces
- apprendre à voir et faire voir les forces des personnes
- se libérer des blessures d'enfance
- éléments de psychoéducation

## EMOTIONS / STRESS

- équilibrer ses énergies
- accueillir et accompagner ses émotions
- les effets du stress
- gestion du stress



## TRAUMA

- accompagner le trauma
- trauma vicariant
- Etat de Stress Post-Traumatique (ESPT)
- fatigue de compassion
- deuil
- deuil périnatal

## COMMUNICATION

- Communication Non Violente
- Analyse transactionnelle

*"Prendre SOIN de ceux qui prennent soin !*



# **PRENDRE SOIN DE CEUX QUI PRENNENT SOIN !**

## **Qui suis-je ?**

Je suis coach certifiée, formatrice et intervenante en analyse des pratiques professionnelles. J'accompagne des personnes depuis 21 ans et des équipes depuis 13 ans. Accompagner les personnes en milieux psychosociaux et éducatifs est un moyen de soutenir ceux qui donnent tellement aux plus fragiles de notre société.

Je suis formée en psychoéducation, au coaching, en PNL, à l'analyse transactionnelle, à la relecture d'expérience, en formation humaine intégrale, à l'accompagnement du stress et du trauma, à la communication non-violente. J'ai de l'expérience en animation, en ressources humaines et en management.

Je vous invite à prendre contact avec moi pour que nous nous rencontrions pour voir ensemble quel est votre besoin et comment je peux y répondre, en créant une offre qui vous correspondra au mieux.

A bientôt ! Cécile Azard



[www.coachplusdevie.com/](http://www.coachplusdevie.com/)  
<https://www.linkedin.com/in/c%C3%A9cile-azard-%F0%9F%8C%B8-169b27181/>  
[www.analysedespratiques.com/formateurs/app/cecile-azard-coach-formatrice-superviseure-et-intervenante-app/](http://www.analysedespratiques.com/formateurs/app/cecile-azard-coach-formatrice-superviseure-et-intervenante-app/)  
<https://www.emccfrance.org/>

VOUS offrir un accompagnement **personnalisé**  
au plus près de vos **BESOINS**.

# ***zoom sur les types d'accompagnement***

*pour choisir celui qui VOUS CONVIENT  
le mieux à vous et vos équipes.*

**Analyse des pratiques professionnelles** - Espace de partage, de relecture et d'analyse de sa pratique professionnelle. Vécu le plus souvent en groupe, il permet de partager ses questionnements, de relire sa pratique et de prendre de la distance vis à vis d'elle en la partageant avec d'autres.



**Coaching** - Accompagnement (d'une personne, d'une équipe) dans l'accomplissement et la réussite de ses projets. Partenariat qui aide le coaché à bâtir ses propres solutions pour atteindre son objectif.

**Cohésion d'équipe** - Quand les problématiques relues sont centrées sur le fonctionnement institutionnel et non le lien avec les usagers, le travail alors n'est plus *stricto sensu* de l'analyse des pratiques mais de la cohésion d'équipe.

**Groupe de paroles** - Espace d'échanges et d'écoute entre plusieurs personnes, la plupart du temps autour d'un thème. Il permet l'expression pleine et entière de chaque participant, sans jugement ni conseil. L'objectif étant simplement de trouver une écoute respectueuse et attentive.

**Supervision** - Espace de soutien, d'apprentissage et de résolution pour accompagner les personnes qu'il/elle supervise dans l'exercice de leur activité. Elle peut être individuelle ou collective.  
(source - EMCC)