

**ENSEIGNEMENT DE PROMOTION SOCIALE - REGIME 1**

**DOCUMENT 8 bis**

**DOSSIER PEDAGOGIQUE**

**UNITE DE FORMATION**

**1. La présente demande émane du réseau:**

(1) **Communauté française**  
 (1) **Provincial** et communal

(1) Libre confessionnel  
 (1) Libre non confessionnel

Identité du responsable pour le réseau: Didier LETURCQ, DGA

Date et signature:

**2. Intitulé de l'unité de formation: Principes et techniques de gestion du stress – niveau 3**

CODE DE l'U.F. (3): <b>94 12 15 U35 E1</b>	CODE DU DOMAINE DE FORMATION (4) <b>902</b>
--	---

**3. Finalités de l'unité de formation:**

Reprises en annexe n° 1 de...1... page(s)

**4. Capacités de l'unité de formation:**

Reprises en annexe n° 2 de...1... page(s)

**5. Classement de l'unité de formation:**

(1) Enseignement secondaire de:  
du degré:

(1) **transition**  
 (1) **inférieur**

(1) ~~qualification~~  
 (1) ~~supérieur~~

(1) Enseignement supérieur de type court

(1) Enseignement supérieur de type long

<b>Pour le classement de la section de l'enseignement supérieur</b>			
Proposition de classement (1)		Classement du Conseil supérieur (1)	
Technique	<input type="radio"/>	Technique	<input type="radio"/>
Economique	<input type="radio"/>	Economique	<input type="radio"/>
Paramédical	<input type="radio"/>	Paramédical	<input type="radio"/>
Social	<input checked="" type="radio"/>	Social	<input checked="" type="radio"/>
Pédagogique	<input type="radio"/>	Pédagogique	<input type="radio"/>
Agricole	<input type="radio"/>	Agricole	<input type="radio"/>

Date de l'accord du Conseil Supérieur:

Signature du Président du Conseil supérieur:

**6. Caractère occupationnel:**  (1) ~~oui~~       (1) **non**

**7. Constitution des groupes ou regroupement:** Repris en annexe n° 3 de...1... page(s)

**8. Programme du (des) cours:** Repris en annexe n° 4 de...1... page(s)

**9. Capacités terminales:** Reprises en annexe n° 5 de...1... page(s)

**10. Chargé(s) de cours:** Repris en annexe n° 6 de...1... page(s)

- 
- (1) Cocher la mention utile
  - (2) A compléter
  - (3) Réservé à l'Administration
  - (4) Proposé par le réseau et avalisé par l'inspection

**11. Horaire minimum de l'unité de formation:**

Horaire minimum:

<b>1. Dénomination des cours</b> (2)	<b>Classement du (des) cours</b> (2) (4)	<b>Code U</b> (2) (5)	<b>Nombre de périodes</b> (2)
Apport théorique sur la gestion du stress	CT	B	8
Techniques de gestion du stress	CT	B	12
<b>2. Part d'autonomie</b>	XXXXXXXXXX	P	4
		Total des périodes	24

**12. Réserve au Service d'inspection:**a) Observation(s) de l'(des) Inspecteur(s) concerné(s) relative(s) au dossier pédagogique[annexe(s) éventuelle(s)]:b) Décision de l'Inspecteur coordonnateur relative au dossier pédagogique:**ACCORD PROVISOIRE** - **PAS D'ACCORD**

En cas de décision négative, motivation de cette dernière:

Date: 17 juin 2015.....

Signature:

(2) A compléter

(3) Réserve à l'Administration

(4) Soit CG, CS, CT, CTPP, PP ou CPPM

(5) Soit A, B, C, D, E, F, G, H, I, J, K, L, M, N, O, P, Q, R, S, T, V, W - (l'approbation de cette rubrique est réservée à l'Administration)

## **1. FINALITES DE L'UNITE DE FORMATION**

### ***1.1. FINALITES GENERALES***

Conformément à l'article 7 § 1er et 2ème du décret, l'unité de formation devra:

- concourir à l'épanouissement individuel en promouvant une meilleure insertion professionnelle, sociale, culturelle et scolaire;
- répondre aux besoins et demandes en formation émanant des entreprises, des administrations, de l'enseignement et d'une manière générale des milieux socio-économiques et culturels.

### ***1.2 FINALITES PARTICULIERES***

L'unité de formation vise à permettre à l'étudiant:

*à partir de situations de stress susceptibles d'être rencontrées par les étudiants,*

- D'opérer un choix de techniques de gestion du stress, d'évaluer leur mise en pratique, et de concourir à la réalisation de l'une d'entre elles dans une situation donnée;
- Développer un processus d'intervention pour soi-même et pour autrui, par l'utilisation d'outils d'analyse et d'outils techniques;
- D'appréhender la notion de «collectif» en tant qu'outil possible d'intervention.

## **2. CAPACITES PREALABLES REQUISES**

### **2.1. CAPACITES**

L'étudiant sera capable de:

*Sur base d'une situation virtuelle ou réelle considérée comme stressante,*

- Identifier de manière précise les paramètres psychologiques justifiant l'appellation de la situation comme « stressante » ;
- Identifier de manière précise les émotions et les manifestations s'y rattachant;
- Choisir, parmi toutes les stratégies étudiées, celle qui semble être la plus appropriée;
- Expliquer, en se référant à la théorie étudiée, la pertinence du choix opéré.

### **2.2. TITRE POUVANT EN TENIR LIEU:**

Attestation de réussite de l'unité de formation « Principes et techniques de gestion du stress niveau 2 » code 941214U35C1

### **3. CONSTITUTION DES GROUPES OU REGROUPEMENT**

Aucune recommandation particulière.

## **4. PROGRAMME DES COURS**

### 1.1 APPORT THEORIQUE SUR LA GESTION DU STRESS

L'étudiant sera capable de:

- Cerner, analyser, synthétiser les paramètres psychologiques, émotionnels, comportementaux de situations personnelles et autres vécues comme stressantes;
- Choisir une intervention adaptée en fonction des paramètres précipités, du contexte situationnel, des capacités de la personne concernée, (elle-même ou un membre du groupe), en recourant à une approche théorique de la gestion du stress par exemple l'analyse fonctionnelle et ses différentes composantes;

### 2.2 TECHNIQUES DE GESTION DU STRESS

Sur base de situations stressantes vécues par l'étudiant ou par autrui, celui-ci sera capable de :

- Elaborer un processus de gestion du stress adapté en découvrant et en entraînant ses atouts et ressources, dans une perspective d'autorégulation;
- Collaborer à une dynamique collective de participation et de coopération au service de la résolution des situations stressantes;
- Analyser les situations et formuler des pistes d'intervention;
- Identifier les aspects corporels en jeu;
- Utiliser les métaphores.

;

## 5. CAPACITES TERMINALES

**Pour atteindre le seuil de réussite**, l'étudiant sera capable,

*Sur base d'une situation réelle personnelle considérée comme stressante,*

- D'en rendre compte et d'en réaliser une analyse fonctionnelle en mettant en exergue les paramètres psychophysiologiques, émotionnels et comportementaux spécifiques ;
- De proposer, en se référant à l'ensemble des techniques de gestion du stress, une intervention adéquate en la justifiant d'un point de vue théorique et contextuel.

*Sur base d'une situation réelle vécue par autrui et considérée comme stressante,*

- De proposer, en tenant compte d'une analyse fonctionnelle préalable, en se référant à l'ensemble des techniques pratiquées, une intervention adéquate en la justifiant d'un point de vue théorique et contextuel ;
- D'énoncer les conditions et la mise en place de la réalisation de l'intervention suggérée et au besoin de réajuster celle-ci.

**Pour la détermination du degré de maîtrise**, il sera tenu compte des critères suivants :

- La cohérence des choix opérés ;
- La diversité des techniques utilisées en matière de gestion du stress ;
- La pertinence de l'analyse ;

## **6. CHARGE DE COURS**

Le chargé de cours sera un enseignant ou un expert.

L'expert devra justifier de compétences particulières issues d'une expérience professionnelle actualisée en relation avec le programme du présent dossier pédagogique.