

Sensibilisation au consentement

Vivre ensemble : un oui éclairé, un non respecté



Personnes accompagnées
en ESAT



Au centre de formation ALGED
Compétences ou dans vos locaux



6 heures de formation



10 participants maximum



A définir



Pas de pré-requis



9h-12h puis 13h-16h



Nous consulter

Présentation

Dans le contexte actuel, il est nécessaire de renforcer la compréhension et le respect du consentement : accès facile à des contenus inappropriés, réseaux sociaux, certaines dynamiques relationnelles (pressions amicales ou affectives).

L'objectif de cette formation est de sensibiliser les participants au rôle central du consentement dans les relations affectives, amicales et professionnelles.

Cette journée vise à transmettre des outils concrets pour poser ses limites, savoir dire et entendre « non », tout en prenant conscience des cadres légaux liés au consentement.

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les situations où le consentement est en jeu dans leur vie privée et professionnelle
- Dire non et accepter un non avec respect
- Mieux comprendre ses droits liés au consentement

Programme

Comprendre le consentement

- Qu'est-ce que le consentement ?
- Pourquoi est-il important dans les relations affectives, amicales, sociales mais aussi professionnelles ?
- Aperçu des lois encadrant le consentement et le harcèlement en France.

Le consentement dans les relations sociales et professionnelles

- Psychoéducation via un jeu de société : repérer les frontières entre la vie privée et la vie professionnelle, percevoir l'intrusion de l'autre dans ma vie privée (notamment via les réseaux sociaux et les moyens de communication numériques).
- Apprendre à refuser et à se protéger mais aussi à respecter la vie privée de l'autre.

Consentement, relations amicales et affectives

- Jeu de rôle ou vidéos : analyser des situations fictives pour repérer où le consentement est absent ou non respecté, en lien avec les relations amoureuses, la sexualité, la vie de couple, le respect de l'intimité, l'amitié... Débat : respect et écoute des limites.
- Activité ludique où des scénarios de pressions amicales seront proposés (exemple : achats pour des tiers, photos sur téléphones).
- Échanges en groupe : comment poser ses limites dans un cadre amical ?

Savoir dire non et entendre non

- Sensibilisation aux techniques de communication assertives tout au long des exercices.
- Mises en situation pour apprendre à refuser sans culpabilité et à accepter un refus.

Méthode pédagogique

- Présentation (projection en salle)
- Mises en situation, jeux de rôles
- Exercices pratiques et ludiques adaptés (en binôme ou en groupe)
- Echanges, vidéos-débats

Modalités d'évaluation

- Quiz début et fin de formation
- Mise en situation
- Compte rendu de fin de formation
- Questionnaire de satisfaction
- Certificat de réalisation

Intervenant(s)

Formatrice et psychologue sociale et cognitive, spécialisée en psychologie du travail et formée aux Thérapies Comportementales et Cognitives.
Expérimentée auprès du public en situation de handicap.

Contact

04 78 47 18 03

alged.competences@alged.com