



Formation certifiante – Facilitateur « AVENTURE SPARK RESILIENCE® ADOS »

La vie n'est pas un long fleuve tranquille et tout le monde vit des échecs, commet des erreurs et doit faire face à des situations difficiles.

Dans ce contexte, les adolescents (11-18 ans), dans une période délicate, en proie à d'importants changements physiques, hormonaux et cérébraux sont encore plus exposés.

Les professionnels en charge de leur accompagnement peuvent se sentir parfois démunis pour les rendre autonomes, pour les aider à mieux apprendre à se connaître, à comprendre leurs émotions, à communiquer autrement, changer leurs perceptions...

Cette formation permet aux participants de maîtriser l'animation du programme « Aventure SPARK Résilience® Ados » et d'en devenir l'ambassadeur, plus exactement ils seront certifiés Facilitateur « Aventure SPARK Résilience® Ados » !

Ce programme, déployé auprès d'adolescents, vise à développer leur capacité à rebondir face aux défis de la vie, en donnant du sens à ce qu'ils vivent et en portant un regard encourageant sur leur personne.

Le programme SPARK Résilience® a remporté deux prix en 2016 : le prix de l'innovation positive en éducation de l'Université de Grenoble-Alpes et le prix de l'innovation pédagogique de la Fondation "Apprendre & Réussir". Le ministère français de l'éducation nationale a désigné le programme comme l'une des 30 meilleures innovations en 2017.

Public cible :

Professionnel·le·s du secteur éducatif, social et médicosocial accompagnant des jeunes

Prérequis :

Aucun prérequis n'est exigé pour suivre cette formation

Objectifs

A l'issue de la formation, le professionnel sera capable de :

- ▶ Animer un programme complet SPARK Résilience® Adolescents (**8 ateliers de 1h30**) puisqu'il sera certifié « Facilitateur SPARK Résilience® Adolescents »
- ▶ Mobiliser ses propres ressources et celles de chaque participant
- ▶ Répondre aux besoins de bien-être d'ados affectés par des changements et défis variés dans leur vie.
- ▶ Apporter des stratégies d'adaptation et outils pratiques aux enfants et familles afin de diminuer les risques de dépression ou d'anxiété.

epe57.fr

1 rue du Coëtlosquet – 57000 Metz

Tél. **03 87 69 04 87** – Email : info@epe57.fr

Association loi 1908 - Membre de la Fnepe, association reconnue d'utilité publique - Siret : 78 000 532 800 015 - Code NAF : 8899B
Organisme de Formation certifié Qualiopi - Numéro de Déclaration d'Activité (NDA) : 41 57 00075 57

Programme de la formation

1^{ère} journée

- ▶ La résilience maintenant
Explorez la notion de résilience et identifiez les principaux leviers pour vous aider à faire face à la situation actuelle
- ▶ La flexibilité mentale
Remettez en question votre perception habituelle des situations et développez votre flexibilité et votre adaptabilité dans votre façon de penser
- ▶ Réguler ses émotions pour la résilience
Apprenez et pratiquez différentes stratégies de régulation émotionnelle pour améliorer la résilience.
- ▶ Réagir de manière adéquate face à l'adversité
Comprendre et explorer différentes stratégies pour réagir à la situation

2^{ème} journée

- ▶ Trouver du sens dans l'adversité
Explorez le concept de croissance post-traumatique et la façon dont on peut trouver quelque chose de positif dans l'adversité
- ▶ Les muscles de la résilience 1, émotions positives, relations positives et résilience
Remplissez vos ressources en identifiant des activités ressourçantes et en resserrant vos liens
- ▶ Les muscles de la résilience, forces et confiance en soi pour la résilience
Apprenez à vous servir de vos réussites et de vos qualités pour rebondir
- ▶ La résilience dans la vie : une base solide pour l'avenir
Instaurer durablement les ressorts de notre résilience.

3^{ème} journée

- ▶ Questionnements sur la mise en place du parcours
- ▶ Introduction à la version enfants / ado
- ▶ Points-clés et défis de chaque leçon
- ▶ Préparation de différentes leçons en petits groupe

4^{ème} journée

- ▶ Certification facilitateur
- ▶ Mise en situation des différentes leçons
- ▶ Le rôle et la posture du facilitateur SPARK enfants / ado

Méthodes pédagogiques

- Pédagogie expositive, active et interrogative : les participants vivront eux-mêmes une expérience SPARK Résilience® ce qui leur facilitera la mise en place du programme dédié aux adolescents
- Étude de cas et analyse de situations professionnelles réelles
- Apports théoriques et méthodologiques
- Mises en situation et travail en sous-groupes
- Facilitation pour faire émerger l'intelligence collective
- Supports vidéo

Modalités d'évaluation des acquis d'apprentissage

- Mise en situation d'ateliers du programme et validation par les pairs avec supervision de la formatrice.
- Certification à l'issue du jour 4

Durée de la formation

4 jours - 28 heures

Dates

13, 14, 15 ET 23 octobre 2025

Tarif

1 150 € NET / stagiaire.

Formatrice

Laetitia GANGLOFF, approche méthodologique basée sur les Neurosciences (via entre autres l'Approche Neurocognitive et Comportementale), la Psychologie Positive / Education Positive et la Communication Non-Violente.

Les + de cette formation

- Ce programme est majoritairement composé **d'outils solides et scientifiquement validés** issus des dernières recherches en **psychologie positive et neurosciences**
- Reconnecter les participants à leur motivation et ainsi développer leur engagement
- Développer la confiance en soi et la cohésion d'équipe des participants grâce au travail sur les forces
- Les participants vivront eux-mêmes une Expérience SPARK Résilience® (JOUR 1 et JOUR 2) ce qui leur facilitera la mise en place du programme dédié aux adolescents
- Le facilitateur certifié repartira avec un **kit complet de matériel** lui permettant de mener à bien le programme incluant :
 - Le livret du facilitateur de 80 pages qui reprend en détail les 8 ateliers à mener auprès des adolescents participants au programme.
 - Les supports powerpoint des 8 ateliers à mener.
 - Les diaporamas diffusés sur les 4 jours de formation
 - Le cahier de l'apprenant de 37 pages qui sera remis aux adolescents participants.
 - Le jeu de cartes « Aventure résilience » et son support A3 (version électronique à imprimer)