

Programme de prévention et prise en charge de l'anxiété de performances scolaires chez l'adolescent

Groupe CAPS : « Contrôle ton Anxiété de Performance Scolaire »

Conditions d'admission, prérequis :

- Etre sur la liste du public ciblé - aucun prérequis nécessaire

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 performances scolaires et de développement de stratégies adaptatives

La formation et ses moyens pédagogiques peuvent être adaptés et personnalisés en fonction du public

Public ciblé :

Tout professionnel travaillant dans le champ de la santé mentale avec une population d'adolescents

Animation pédagogique :

- NESENHORN Jessica, psychologue, CHU Montpellier

Responsable pédagogique :

- PURPER-OUAKIL Diane, PU – PH, pédopsychiatre, CHU Montpellier

Moyens et méthodes pédagogiques :

Supports de formation remis aux participants
Exposés théoriques ; Vidéoprojections/Films ; Mises en situation pratique ; Analyse des pratiques ; Liste de ressources bibliographiques

Mots clés :

- Anxiété de performance scolaire ; stress et scolarité ; gestion du stress ; stratégie de coping ; TCC ; adolescents ; collégiens

Modalités d'évaluation de l'action :

QCM en début et en fin de formation ; Evaluation des acquis en cours de formation, questionnaire de satisfaction

Formalisation à l'issue de la formation :

Attestation de participation

Programme :

Matin :

- Accueil, présentation des participants(es), attentes/objectifs de chaque apprenant(e)
- 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

Après-midi :

- Expérimentations pratiques : contenu détaillé des séances, et mise en pratique

Informations pratiques :



Dates :

Lundi 3 mai 2027



Durée :

1 journée soit 7 heures



Horaires :

9h00 à 13h00 - 14h00 à 17h00

Formation en présentiel dans les locaux de l'Afree à Montpellier



Nombre de participants :

4 minimum - 18 maximum



Tarifs :

Institutions et/ou par l'employeur : 280,0 €

Professions libérales et/ou à titre individuel : 230,0 €

(tarif hors frais de déplacement, repas, hébergement du stagiaire)

Qualité et satisfaction session précédente :



Satisfaction globale :

94,00 %



Amélioration des connaissances :

100,00 %



Recommandations :

100,00 %