

GUIDE DU FORMATEUR

Gestion des situations émotionnelles en formation

Ce guide accompagne les formateurs et formatrices de Gérontosud Humanisud face aux moments où un ou plusieurs stagiaires sont submergés émotionnellement pendant une session — situation fréquente sur les thèmes de la fin de vie, des soins palliatifs, de l'épuisement professionnel, ou en analyse des pratiques professionnelles (APP), où les stagiaires partagent des situations vécues parfois difficiles.

1. Pourquoi ces situations sont fréquentes ici

Les métiers du soin et de l'accompagnement exposent les professionnels à des situations éprouvantes (deuil, souffrance, sentiment d'impuissance). Une formation qui aborde ces sujets peut faire remonter un vécu personnel non résolu. Ce n'est pas un dysfonctionnement de la session : c'est une composante normale de ce type de formation, à accueillir plutôt qu'à éviter.

2. Pendant la session

Premiers repères

- Accueillir la réaction sans la minimiser, ni la dramatiser (« c'est normal d'être touché·e par ce sujet »).
- Laisser un temps de silence si besoin, sans se sentir obligé de le remplir immédiatement.
- Proposer, si la personne le souhaite, de sortir un instant de la salle plutôt que de l'y contraindre.

Recentrer le groupe

- Une fois la personne concernée apaisée ou sortie, reprendre le fil de la session avec le reste du groupe sans s'attarder de façon excessive, pour ne pas figer l'ensemble des stagiaires dans le malaise.
- En APP notamment, rappeler que l'objectif est l'analyse collective, pas la reproduction du vécu émotionnel de la situation évoquée.

Ce que le formateur n'a pas à faire

- Le formateur n'est pas un psychologue et n'a pas à mener un accompagnement thérapeutique pendant ou après la session.
- Éviter de pousser la personne à « aller au bout » de ce qu'elle ressent devant le groupe si elle ne le souhaite pas.

À retenir

- Le rôle du formateur est d'accueillir la réaction avec bienveillance, de sécuriser la personne et le groupe, puis de recentrer sur les objectifs pédagogiques — pas de gérer l'émotion en profondeur.
- Une réaction émotionnelle forte n'est pas un échec de la session : elle témoigne souvent de l'implication réelle des stagiaires dans leur métier.

3. Après la session

- Si une situation vous a semblé notable (réaction forte, mal-être visible au-delà du moment ponctuel), en informer l'organisme via la fiche de remontée de problématiques.
- Si la personne concernée en exprime le besoin, orienter vers les ressources internes de l'établissement (médecine du travail, encadrement, cellule d'écoute si elle existe) plutôt que de proposer un accompagnement personnel.

4. Cas particulier de l'APP

En analyse des pratiques professionnelles, la charge émotionnelle fait partie du cadre : le règlement intérieur APP rappelle la confidentialité et l'engagement volontaire des participants. Le formateur veille à ce que chacun reste libre de partager ou non un vécu personnel, sans jamais forcer la parole.

5. Rappel

Ce guide complète les autres documents formateur (bientraitance, RGPD, égalité femme-homme) dans une logique commune de posture professionnelle bienveillante et respectueuse, adaptée aux réalités du secteur médico-social et sanitaire.

Document interne Gêrontosud Humanisud — à destination des formateurs et formatrices intervenant pour l'organisme.