MIEUX COMPRENDRE ADOLESCENCE



FORMATION CONTINUE

☒ Présentiel
☐ Distanciel

MIEUX COMPRENDRE L'ADOLESCENCE

FINANCEMENTS POSSIBLES : OPCO - ENTREPRISE - FINANCEMENT PERSONNEL

FORMACODE 44052 – ADOLESCENCE

Entre ralentissements, débordements émotionnels et quête d'identité, l'adolescence questionne les adultes.
À travers les éclairages des neurosciences, nous décoderons les comportements typiques, révélerons les besoins cachés et apprendrons à ajuster nos réponses éducatives.
Comprendre la génération Z, c'est aussi renforcer la qualité du lien, favoriser l'autonomie et soutenir efficacement leur parcours.

Public concerné

• Professionnels de l'éducation (enseignants, éducateurs, animateurs), du secteur social et médico-social, responsables de structures d'accueil et d'accompagnement, tous les intervenants souhaitant mieux comprendre la dynamique de l'adolescence

Pré-requis

• Connaissances de base en psychologie et/ou pédagogie.
• Une ouverture d'esprit et une volonté d'échanger sur des pratiques professionnelles.

Durée et rythme

14 heures / 2 jours

Pour répondre aux contraintes de certaines entreprises ou aux spécificités des publics formés, les séquences de formation peuvent être organisées de manière consécutive ou espacées d'une durée permettant de maintenir la cohérence pédagogique de l'ensemble de la formation.

Modalités et délais d'accès

• Nombre de participants : Minimum 4 / Maximum 10
• Inscription auprès du CFC Jeanne d'Arc, sous réserve de places disponibles
• Formation inter-entreprises : inscription possible jusqu'à 3 jours ouvrés avant le début de la formation
• Formation intra-entreprise : la date de réalisation est définie avec l'entreprise selon ses besoins et les disponibilités du formateur

Accessibilité PSH :
Formation accessible aux personnes en situation de handicap.
Pour plus de renseignements, prendre contact avec notre référente handicap.

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en mesure de :

• Acquérir une connaissance approfondie du développement physiologique de l'adolescent et comprendre comment il impacte les relations.
• Décoder les comportements (lenteur, impulsivité, isolement, excès) à travers le prisme des neurosciences.
• Identifier et exprimer les besoins des adolescents et des adultes, afin de favoriser une communication et un accompagnement adaptés.
• Favoriser l'échange et la réflexion collective pour développer des stratégies concrètes d'intervention dans divers contextes (école, centre d'accueil, milieu associatif, etc.).

Parcours pédagogique

Jour 1 – Comprendre les fondements du développement de l'adolescence

Module 1 – Le développement physiologique de l'adolescent

• Panorama du développement biologique : puberté, maturation cérébrale et hormonale.
• Impact des changements physiologiques sur le comportement et la vie sociale.

Atelier 1 – Impact relationnel du développement physiologique

Objectif : Identifier des situations concrètes où les changements physiologiques influent sur les interactions.

Module 2 – Neurosciences et comportements de l'adolescent

• Des bases neuroscientifiques ont entraîné la lenteur, l'impulsivité, l'isolement et les excès.
• Analyse de recherches récentes et discussions sur l'applicabilité en contexte professionnel.

Atelier 2 – Analyse de comportements et stratégies d'accompagnement

Objectif : Décrypter des comportements à l'aide d'exemples concrets et réfléchir aux interventions possibles.

Synthèse de la journée

• Bilan interactif et réponses aux questions.
• Remise d'un support synthétique et guide pratique pour la suite.

Indicateurs de résultats 2025-2026



FORMATION CONTINUE

☒ Présentiel
☐ Distanciel

Jour 2 – Approfondir la compréhension et l'accompagnement

Module 3 – L'expression et l'identification des besoins
- Outils et méthodes pour écouter et décrypter les besoins spécifiques des adolescents.
- Comparaison avec la communication et les attentes des adultes dans le cadre éducatif et professionnel.

Atelier 3 – Outils d'identification et de communication
Objectif : Mettre en pratique des techniques d'écoute active et de communication non violente.

Module 4 – Construire une approche holistique d'accompagnement
- Synthèse des éléments physiologiques, neuroscientifiques et psychosociaux.
- Développer une approche intégrée pour accompagner les adolescents dans leur parcours de vie.

Atelier 4 – Élaboration d'un plan d'action personnalisé
Objectif : Élaborer, en petits groupes, des plans d'intervention adaptés aux spécificités de différents contextes professionnels.

Évaluation et clôture de la formation
- Évaluation formative via un questionnaire interactif et retour d'expérience.
- Remise d'un dossier synthèse reprenant les éléments clés abordés.

Qualification intervenant(e)s

Les formateurs interventants disposent des compétences professionnelles, techniques, pratiques et théoriques en rapport avec le domaine des compétences concerné, et ont la capacité de les retransmettre.

Méthodes et outils pédagogiques

La formation est construite selon des principes de **pédagogie active et participative** alternant apports théoriques et méthodologiques pour comprendre, des mises en situation pour découvrir et expérimenter, des temps de réflexion individuels et/ou collectifs afin d'étayer l'évolution des pratiques professionnelles et faciliter la mise en œuvre de changements.

- Exercices de sous-groupe, mises en situation, échanges d'expériences, difficultés issues de la pratique sont autant d'éléments supports à la mutualisation et la conceptualisation.

Une «**boîte à outils**» pour dépasser les conflits et redécouvrir la confiance et le respect de soi et des autres est remise aux stagiaires à la fin de la formation.

Méthodes et modalités d'évaluation

En amont des formations, un questionnaire est envoyé aux participants pour recueillir et analyser leurs besoins et leurs attentes pour adapter au mieux notre approche pédagogique.

Evaluation formative des acquis tout au long de la formation sous forme d'exercices, de tests de positionnement, d'études de cas ou de quizz par le formateur.

A l'issue de la formation,
- Un questionnaire de satisfaction est soumis aux participants dans le cadre de notre politique Qualité et Amélioration Continue

Reconnaissance délivrée
- Une attestation de formation valide l'acquisition des connaissances et des compétences de chaque participant.
- Un certificat de réalisation ou une attestation d'assuidité est envoyé(e) à l'entreprise.

Tarifs

Devis sur demande

CFC JEANNE D'ARC
SITE DE GAULLE - BAT. LES TILLEULS
22, rue Général de Gaulle
76310 Sainte-Adresse

Contact :
Corinne BACCUS
07 65 82 75 59 - 02 35 54 65 96
corinne.baccus@esja.fr

MAJ Oct.-2026