



Sur la route avec nos émotions

CONTACT

- ☎ 081.821.320
- ✉ formation@awsr.be
- 🌐 www.awsr.be/formation

Dans la circulation, il suffit parfois de peu pour que la tension monte : un retard, un embouteillage, un comportement perçu comme dangereux ou irrespectueux, les contraintes du quotidien... et nos émotions peuvent prendre le dessus.

La colère, le stress, la frustration ou encore l'excès de confiance peuvent alors influencer notre manière de conduire et nous mettre en danger. Ces émotions, lorsqu'elles nous envahissent sans réflexion, peuvent nous pousser à adopter des comportements plus impulsifs : accélérer, coller le véhicule qui précède, réagir de manière agressive ou prendre des risques inutiles.

Les chiffres¹ montrent que ces situations sont loin d'être rares : plus d'un Wallon sur deux reconnaît avoir adopté des gestes ou comportements agressifs dans la circulation au cours du mois écoulé, et 80 % disent avoir été confrontés à de l'agressivité sur la route.

Or, lorsque les émotions prennent le volant, le risque d'accident augmente.

Cette formation vous aide à mieux comprendre le rôle des émotions dans notre comportement au volant et à identifier des stratégies concrètes pour mieux les comprendre, afin de rester plus serein et de conduire en toute sécurité.

Objectifs

- Comprendre le circuit des émotions : d'où elles viennent, leur utilité et leur fonctionnement ;
- Comprendre de quelles façons les émotions influencent concrètement les fonctions essentielles liées à la conduite et donc leurs impacts sur la sécurité routière ;
- Réfléchir à la meilleure façon d'être bien et en sécurité sur la route avec ses émotions et celles des autres usagers.

Public cible

- Toute personne se déplaçant quotidiennement dans le cadre de son travail ou de ses activités personnelles ;
- Tout responsable d'entreprise, d'institution ou d'association soucieux de la courtoisie et de la convivialité sur la route, du stress lié aux déplacements et à la sécurité routière de ses travailleurs ou membres.

Modalités

- Lieu : dans vos installations équipées en matériel de projection et en espace pour se déplacer ;
- Durée : 4 heures ;
- Groupe de 10 à 15 personnes maximum ;
- Format : ludique, interactive, participative, échange d'expérience et co-construction.





Tarif

- Sur demande via formation@awsr.be ;
- 081/ 821 320 ;
- Exonération de TVA (art. 44 §2 du Code TVA).

CONTACT

- ☎ 081.821.320
- ✉ formation@awsr.be
- 🌐 www.awsr.be/formation

