Stage N°R63EA00035 - Session N°2024-00001

L'estime de soi chez les adolescents

Du 07/10/2024 au 07/10/2024 (1 jour)

Lieu de formation : 69 LYON CEDEX 03 - DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes (site de Lyon)

Organisateur : DRFC Auvergne-Rhône-Alpes

Public visé :

Enseignants, CPE, AE, infirmières, et autres publics

Contexte :

Si l'estime de soi est la composante essentielle de notre développement intérieur, il n'est pas toujours facile de savoir précisément de quoi il s'agit.!N!Les neurosciences le disent très clairement : plus un ado (ou un adulte) présente une estime de soi faible, plus ses phases d'apprentissages sont lentes et difficiles. Et plus le jeune (ou l'adulte) peut déraper dans des conduites à risques. !N!Plus que jamais, il est essentiel de donner aux adolescents (et aux adultes) des outils clairs et concrets, pour leur permettre de mieux comprendre et d'augmenter leur estime de soi. Ils n'en seront que mieux armés pour traverser les remous de la période actuelle.

Objectifs :

Il est triple :
1. Permettre aux participants de cette journée de formation d'avoir une idée beaucoup plus claire et précise de ce que l'on appelle l'estime de soi.
2. Voir où chacun se situe par rapport à sa propre estime de soi
3. Transmettre des exercices efficaces pour augmenter l'estime de soi chez les adolescents.

Contenu :

Partie 1 : LA THEORIE
Chapitre 1 : L'estime de soi, c'est quoi ?
Chapitre 2 : Quelques exercices à faire ensemble
Chapitre 3 : La psychologie des ados d'aujourd'hui
Chapitre 4 : L'adulte référent
Partie 2 : LES EXERCICES POUR ADOS
Chapitre 5 : Le sac de billes
Chapitre 6 : A retenir

Intervenants :

L'association TOTEM

Nombre de places disponibles : 15

Période d'inscription : du 11/03/2024 au 31/08/2024

Contact : GERARD Corinne - 0473421577 - dr-formco.draaf-auvergne-rhone-alpes@agriculture.gouv.fr