

Stage N°R63EA00035 - Session N°2024-00002

L'estime de soi chez les adolescents

Du 08/10/2024 au 08/10/2024 (1 jour)

Lieu de formation : 63 LEMPDES - DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes (siège de Lempdes)

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. 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 déraiser dans des conduites à risques. 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