

> ESTIME DE SOI : ACCROÎTRE LES CAPACITÉS DE RÉSILIENCE

✓ OBJECTIFS

- > Acquérir une meilleure compréhension de ce qu'est l'estime de soi, et comment elle se façonne.
- > Acquérir et expérimenter des outils concrets qui favorisent le renforcement d'une identité positive de la personne.

	Secrétariat 02 40 75 99 05 formationcontinue@arifts.fr
	5 jours (30 heures)
	Rezé 18, 19, 20 septembre et 20, 21 octobre 2019
	870 euros
	Site Nantais

PUBLIC

Tous les professionnels concernés par l'accompagnement éducatif, médico-social, et l'insertion de jeunes et d'adultes.

PRÉ-REQUIS

Être sensibilisé à l'Approche Centrée sur Les Solutions (ou avoir suivi la formation "Empowerment et résilience : L'accompagnement centré sur les compétences et le développement du pouvoir d'agir des personnes").

CONTENU

La résilience : les origines américaines de ce concept, sa définition, et comment elle se développe.

Les caractéristiques des "tuteurs de résilience".

Les composantes de l'estime de soi, distinguer estime de soi et confiance en soi.

Un regard positif : l'impact des recadrages.

La reconnaissance des valeurs favorise le développement et le maintien de l'estime de soi.

Des outils qui facilitent l'émergence des valeurs :

- Le jeu de l'Oie (Loi) systémique auquel sera associé un questionnement centré sur les solutions et issu des pratiques narratives.
- "Mon Héros" : explorer les caractéristiques de son Héros, les valeurs qu'il honore, et les modélisations possibles.
- Les 3 paysages de l'identité narrative : construction d'"histoires préférées". Tisser des 'histoires préférées' (histoires existantes dans la vie de la personne) favorisant le renforcement de son identité positive.
- Les compliments implicites : apport théorique, et repérage des différents types de compliments (une grille de compliments sera proposée, une autre sera co-construite : le faire face, la volonté de s'en sortir, la compréhension, les relations, la prise de feed back...).

Chacune des parties fera l'objet d'applications concrètes, en groupes de travail, afin d'expérimenter la mise en œuvre des outils proposés.

DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

Apports théoriques.

Approche expérientielle basée sur la pratique des participants.

Mises en situation.

Travail coopératif en petit et grand groupes.

INTERVENANT

Formatrice et Superviseuse Formée à l'Approche Centrée sur les Solutions et aux Pratiques Narratives.