

ESTIME DE SOI (2), CONFIANCE ET AFFIRMATION DE SOI. POUR GAGNER EN ESTIME ET EN RELATION CONSTRUCTIVE

Type de formation: Formation courte

Domaine: Petite enfance

Durée de la formation: 2 jours

Prochaine session: 7 & 8 avril 2022

Délai d'inscription: 07 mars 2022

Lieu de formation: Hets - Genève, Rue Pré-Jérôme 16, 1205 Genève

Intervenant(s)

Agnès STRACK-PERDRIX, partenaire concertation, médiatrice et coach - Genève

Contenu

La confiance s'accroît quand on est capable de vivre ses valeurs, ses qualités, ses émotions. Gagner en confiance exige de s'affirmer face aux autres, tout en les respectant. Abordons ensemble les émotions, les manières de penser, les actions et les communications efficaces!

Rire, humour et bienveillance sont au programme pour ce cours qui exige implication et tolérance.

Méthodes actives, avec des outils simples à appliquer sans réserve!

Fée CARABIA :

- vie Consciente
- Acceptation de soi
- Responsabilisation de soi
- Affirmation de soi
- vie axée sur des Buts
- Intégrité personnelle
- Activité physique

Objectif

- Connaître ses besoins, talents et qualités
- Développer la conscience de ses forces
- Amplifier ses pensées constructives
- Communiquer avec assertivité

h e t s

Haute école de travail social
Genève
Centre de formation
continue (CEFOC)

- Se fixer des buts et un plan d'action

Public

Tout public Petite Enfance

Coût

IPE Genève: 400.00 CHF
Autres: 500.00 CHF

Contact

Haute école de travail social Genève
CEFOC
+41 22 558 57 00
sessions-Cefoc.hets@hesge.ch