

## ESTIME DE SOI / HABILITÉS SOCIALES

### Comprendre et favoriser



#### DURÉE

2 j. / 14 h.  
Recommandé :  
+ 1 jour de  
retour sur  
expérience



#### EFFECTIFS

entre  
5 et 12  
stagiaires



#### TARIF

800 € / jours

#### ► CONTEXTE

L'estime de soi en France est souvent résumée par la « confiance en soi », à tort. En effet, les travaux dans d'autres pays nous permettent une approche plus simple et pratique d'un côté, mais aussi plus complète de l'autre.

Dans un contexte de « mode » autour de l'estime de soi, cette formation propose de clarifier ce phénomène, qui nous permet de vivre en accord avec nous-même et les autres.

Enfin, cette approche sera surtout éducative, permettant à chacun d'éviter les erreurs courantes qui « abîment » l'estime de soi des autres, mais surtout d'adopter des attitudes permettant d'encourager celles de ceux à qui on s'adresse.

#### ► NATURE DE L'ACTION *(conformément à l'article L6313-1 CT)*

##### Adaptation et amélioration des compétences des salariés

#### ► PUBLIC *(salariés et bénévoles)*

##### Professionnels en situation :

- **d'éducation** (*animateurs, enseignants, éducateurs, aides à la vie scolaire, acteurs de la prévention, de la sensibilisation, assistants maternels...*)

- **d'accompagnement de bénéficiaires** (*travailleurs sociaux, formateurs, acteurs de l'insertion professionnelle, de la prévention, de la sensibilisation, référents famille...*)

#### ► PRÉ-REQUIS

Être en situation professionnelle d'éducation ou d'accompagnement d'enfant et/ou d'adolescent quelque soit le niveau.

#### ► BUTS :

- **institutionnel** : améliorer la qualité de prise en charge d'accompagnement

- **individuels** : approfondir ses connaissances sur l'être humain et améliorer ses techniques d'accompagnement dans une démarche éthique.

#### ► OBJECTIFS GÉNÉRAUX

À l'issue de la formation, les participant-e-s seront capables de :

- identifier ce que sont l'estime de soi et les habiletés sociales ; et leur mode d'apprentissage ;
- proposer une posture éducative favorisant l'estime de soi.

#### ► OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

*Pour cela, il s'agit qu'ils :*

- cernent les mécanismes en jeu dans l'estime de soi, les habiletés sociales. Elles seront éclairées par les données récentes en psychologie (au sens large)
- identifient les postures « facilitantes » et « entravante » pour l'estime de soi des individus
- proposent et expliquent un accompagnement éducatif, respectueux des individus et favorisant leurs apprentissages et estime d'eux-mêmes...
- découvrent et adaptent des ateliers d'habiletés sociales pour son public
- estiment leur pratique éducative, l'expliquent et mobilisent les ressources nécessaires à son réajustement

#### ► CONTENU

**En continu** : Actualisation des connaissances à partir des données actuelles sur le comportement humain et les mécanismes d'apprentissages.

► **CONTENU** *(suite)*

- définition de l'estime de soi et des habiletés sociales: contexte, influences, enjeux et conséquences
- les enjeux d'une estime de soi stable ou « positive », ses effets à court, moyen et long terme (sur un individu, un groupe, une société)
- l'impact des réponses et attitudes éducatives sur l'estime de soi » de son public
- travaux et avancées québécoises sur les ateliers d'habiletés sociales en milieu scolaire et institutionnel
- développement et maintien de pratiques éducatives éthiques favorisant l'estime de soi des bénéficiaires et leurs apprentissages
- découverte et co-construction d'outils utiles et expérimentés pour développer les habiletés sociales (séquences, ateliers..)
- définition des émotions : contexte, influences, enjeux et conséquences
- implication et explication dans les comportements « dérangeants » : opposition, violences, inhibition...
- enjeux d'une gestion stable ou « positive » de ses émotions en tant qu'individu (de soi-même et de son public)
- développement et maintien postures éducatives éthiques, favorisant l'apprentissage de la gestion des émotions
- identification et co-construction d'outils et d'ateliers spécifiques, favorisant la gestion des émotions, des bénéficiaires et de soi-même

► **TARIF : 800 € / j.** *(Devis personnalisé sur demande)*

(+ frais annexes en fonction du lieu d'intervention : location, frais de déplacement, hébergement, restauration...)

\* Détails dans les modalités.

► La formation « *Élaborer et animer un programme d'habiletés sociales* » est une suite possible de ce module, lorsqu'il est souhaité de mettre en place des programmes d'habiletés parentales.