



# ESTIME DE SOI ET CRÉATIVITÉ BIENVEILLANTE

Comment **re-construire** son estime de soi de manière **créative** et **bienveillante** en thérapie et en entretien psycho-social ?

## OBJETS MÉDIAS PRÉSENTÉS

**Découvrir et approfondir le concept de l'estime de soi : entre estime de soi, confiance en soi, sentiment d'exister, regard sur soi et regard de l'autre**

**Expérimenter des objets médias concrets tels que :**

Exercice de présentation positive, photolangages, estimomètre, tour "Kapla", cartes "atouts", appartenançogramme, super-pouvoirs, médailles, lettre à son juge intérieur, ...

**JEUDI**



9H15 - 16H45

**SALLE « FONTAINE »  
AUX CAYATS**



Rue de Monceau-Fontaines 42/1,  
6031 Monceau-sur-Sambre



## OBJECTIFS

- Faciliter l'expression ou la réflexion quant à sa propre estime de soi
- Identifier ce qui favorise ou mine l'estime de soi (poison et élixir)
- Déterminer les groupes d'appartenance porteurs, protecteurs ou destructeurs de l'estime de soi
- Favoriser la bienveillance par rapport à soi-même



## PUBLIC

**Tous professionnels** intervenant dans un **cadre thérapeutique**, dans le **champ psycho-médico-social** ou dans toute **relation d'aide ou de coaching**



## FORMATEURS

**Christophe Callebaut**

Psychologue clinicien,  
thérapeute familial et  
systémique

**Joëlle Legrève**

Criminologue, formatrice,  
thérapeute familiale et  
systémique



**125€**

N° de compte : BE11 3770 7894 9448 - Au nom de Joëlle Legrève

Communication : nom + formation décembre 2024

Le paiement confirme votre inscription.

[www.motsaiques.be](http://www.motsaiques.be)

