

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 :

Estimomètre, photolangages, tour "Kapla" de l'estime de soi, cartes "atouts", appartenançogramme version "élixir et poison", talents et super-pouvoirs, médailles, lettre à son juge intérieur, exercice de présentation positive, ...



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 systémique

INFOS PRATIQUES



2 JOURS DE FORMATION



2 ET 16 FÉVRIER 2027
De 9h15 à 16h45



MONCEAU-SUR-SAMBRE
Complexe « Les Cayats »



255€
Le paiement confirme votre inscription.

PLUS D'INFOS

www.motsaiques.be

