

# FORMATION "Animer un atelier Estime de soi"

## S'outiller et concevoir son atelier professionnel



### Témoignages

« Très bons outils à exploiter.  
La théorie est axée sur  
l'essentiel. »

« Beaucoup d'échanges qui  
me rassurent  
dans mon métier. »

« J'ai apprécié l'adaptation  
de la formation  
à mes préoccupations. »

« Formation bien ficelée, très  
dense... et extrêmement  
digeste. J'en ressors  
inspirée. »

« Présentation dynamique,  
avec propos clairs et  
précis. »



### Objectifs

#### SAVOIR

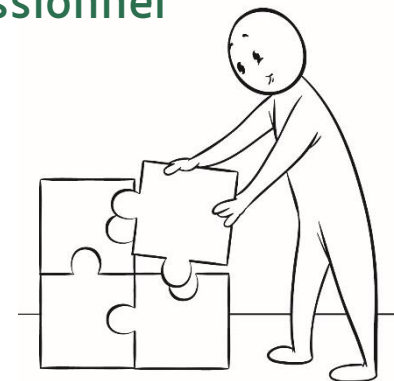
- Définir l'Estime de soi
- Identifier les quatre piliers de l'Estime de soi (Duclos)

#### SAVOIR-FAIRE

- Expérimenter et évaluer au moins dix outils pédagogiques de nature variée (vidéos, cartes, fiches pédagogiques)
- Identifier des éléments structurant un atelier Estime de soi (règles de groupe, pose du cadre)
- Concevoir un atelier sur l'Estime de soi (identification de la cible, objectifs pédagogiques de l'atelier, outils pédagogiques)

#### SAVOIR-ETRE

- Formuler ses motivations, ses craintes et besoins face à une animation sur l'Estime de soi
- Poser un regard réflexif sur une de ses postures professionnelles.



### Modalités d'évaluation

- Quiz de contrôle des connaissances
- Grille d'auto-évaluation individuelle
- Création d'une trame d'atelier Estime de soi
- Attestation de fin de formation
- Bibliographie & webographie envoyées par email.



### Support offert

- Le *Manuel d'Estime de soi* et ses 30 exercices d'animation (relié) est offert.



Niveau: Animer un atelier



Lieu:  
20-22 rue des Petits Hôtels,  
75010 PARIS  
Modalité: en présentiel



Sessions au choix:

-lu 18.01.2021 & ma 19.01.2021  
-lu 29.03.2021 & ma 30.03.2021  
-lu 31.05.2021 & mar 1.06.2021



Durée: 2 jours (14h)  
Horaires: 9.15-12.45h  
14.15-17.45h



Publics: santé, éducation,  
coaching, réorientation...  
Groupe: 8-16 personnes



Prérequis: professionnel  
ou bénévole actif



Tarif: sur devis



Besoins spécifiques:  
faites-les nous connaître



Matériel à prévoir:  
• votre ordinateur  
• papier, stylos



Coordination pédagogique:  
Maëlle Challan Belval  
03 44 31 16 88  
mcb@comitys.com



## Programme

### Jour 1

- Analyser les besoins des stagiaires avec le Jeu des Emotions et le Jeu des Besoins.
- Définir l'Estime de soi en s'appuyant sur les 4 piliers de Germain Duclos: sentiment de sécurité, bonne connaissance de soi, sentiment d'appartenance, sentiment de compétence
- Découvrir et analyser des clips pédagogiques avec leurs trames pédagogiques
- Découvrir et expérimenter le Manuel d'Estime de soi
- Identifier le cadre à poser pour initier un atelier sur l'Estime de soi (1ère partie)

### Jour 2

- Expérimenter et analyser le Photo-expression Estime de soi
- Concevoir un atelier sur l'Estime de soi en construisant une séquence pédagogique : identification de la cible, titre, objectifs, choix des outils, trame chronologique
- Découvrir et analyser un clip pédagogique
- Identifier le cadre à poser pour initier un atelier sur l'Estime de soi (2ème partie)
- Analyser deux situations délicates dans l'animation d'un atelier (expression forte, rejet, colère...)
- Evaluer la formation



## Moyens pédagogiques

- Diaporama d'apports théoriques
- Outils digitaux: vidéos, clips pédagogiques  
Outils jeux de cartes: Jeu de Cartes émotions, Jeu de Cartes besoins, Jeu des Qualités
- *Manuel Estime de soi-30 exercices pour animer un atelier Estime de soi*
- Photo-expression Estime de soi
- Conte pédagogique
- Atelier créatif de conception
- Analyses de situations concrètes et partages d'expériences
- Trame du diaporama de formation, bibliographie et webographie d'outils

