

Programme pédagogique

Devenir un bon compagnon pour soi

Objectif général : Créer une relation entre l'adulte et l'enfant en soi

Public concerné :

Formation ouverte aux particuliers, aux professionnels de la relation d'aide ou de la relation d'éducation et aux entreprises pour leurs salariés

Prérequis :

Comprendre et parler le français

Modalités et délais d'accès

Par téléphone, mail ou site internet.

Via le bulletin d'inscription papier

Délai : 1 jour avant le début de la formation

Diagnostic et compétences

- *Adopter un comportement fiable et crédible*
- *Se donner des objectifs réalistes et motivants*
- *Devenir autonome dans sa vie professionnelle et personnelle*

Méthodes pédagogiques :

- Mises en situations concrètes, témoignages,
- Exercices psychocorporels et créatifs
- Accompagnement spécifique du formateur
- Temps de parole, de partage, de recentrage

Méthode d'évaluation :

- Mises en situation face à une problématique
- Diagnostic à sa résolution.
- Analyses de cas pratiques

Durée de la formation : 2 jours en présentiel

Horaires : 9h00 à 13 h (dont ½h de pause)
14h30 à 18h (dont ½h de pause)

Lieu : CIMC 203, avenue Paul Roubaud
13100 Le Tholonet

Formatrice : Corinne Cygler

Spécialiste reconnue en communication relationnelle, formatrice certifiée ICPF/PRO
Psycho praticienne de l'enfant intérieur

Contact : Corinne Cygler

04 42 51 47 20/07 76 69 18 09

corinnecygler@yahoo.fr

Accessibilité

Personnes en situation de handicap,
merci de nous consulter

www.ca-cree-la-vie.fr est certifié Qualiopi
pour la catégorie : actions de formation

Contenu de la formation

• JOUR 1

Etablir l'état des lieux des attitudes toxiques envers soi
Avancer du manque (victimisation) au besoin (responsabilisation)
S'autoriser à prendre soin de ses blessures, de ses besoins
Apprendre à se relier à ses ressources et à ses capacités
Savoir se positionner de manière constructive

• JOUR 2

Augmenter la confiance en soi par des actions stimulantes
Favoriser sa créativité par des exercices pratiques et concrets
Tendre la main à l'enfant en soi et expérimenter le plaisir de jouer
Etre à l'écoute de ses désirs et découvrir sa puissance créative
Accueillir le fragile et le vulnérable pour agrandir la liberté d'être soi

Modalités d'évaluation

Avant : Analyse des besoins et des objectifs du stagiaire – Fiche de positionnement

Pendant : Mises en situation permettant de cheminer face à une problématique
– Analyses de cas permettant à chaque participant de nommer, définir et comprendre ses problématiques afin d'évoluer au niveau professionnel et personnel

Après : Grille d'auto-évaluation de fin de formation et questionnaire de satisfaction

Sanction de la formation :

Ce parcours sera validé par une attestation de formation délivrée sur demande

Financement :

Cette formation peut faire l'objet d'une demande de prise en charge par votre organisme financeur.

Les deux principaux organismes financeurs pour nos formations sont :

- Le FIFPL (Fond Interprofessionnel de Formation des Professionnels Libéraux)
- L'AGEFICE (Fonds d'Assurance Formation du Commerce, de l'Industrie et des Services)

Programme F5_V2_102022