

# BOITE À OUTILS SYSTÉMIQUE (2) : OU COMMENT DÉVELOPPER L'ESTIME DE SOI ?

« Il faut apprendre à naviguer dans un océan  
d'incertitudes à travers des archipels de certitudes »  
Edgar Morin

Les situations de travail se sont aujourd'hui particulièrement complexifiées.

Comment développer l'estime de soi ?

Comment créer des contextes propices aux changements ?

« En tout être humain, il y a des potentiels, des capacités à agir et à évoluer ». Affirmer cela c'est prendre le parti de développer une posture orientée sur l'activation des compétences.

Les intervenants peuvent avoir besoins de médias créatifs concrets pour atteindre ces objectifs.

## OBJECTIFS

Inscrire l'intervention dans un corpus théorique.

Découvrir des supports concrets facilitateurs d'échanges.

Utiliser la dimension métaphorique et narrative pour faire découvrir à chacun ses forces et ressources.

## RÉFÉRENT FORMATION

Claire COURTIAL

## PROGRAMME

Cadre théorique.

**L'estime de soi** : fondements, blocages, bénéfices et amélioration.

Résilience et pratique narrative.

**Expérimentation de deux supports concrets** :  
les **cartes DIXIT** et l'**Arbre de Vie**.

## MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Alternance d'apports théoriques, d'étude de situations et d'échanges favorisant l'appropriation individuelle et collective des outils abordés.

Expérimentation et mise en situation.

Exploration inter-stage.

Analyse et supervision des retours d'expérience.

## PERSONNES CONCERNÉES

Cette formation s'adresse à tout professionnel de la relation d'aide exerçant dans le champ social, médico-social, thérapeutique ou de la santé qu'il soit formé ou non à l'approche systémique.

Avoir participé au stage (1) n'est pas nécessaire.

*Pour la qualité des échanges le groupe est limité à 10 personnes avec un minimum de 6 participants.*



Dijon



5 . 6 octobre  
9 . 10 novembre  
7 . 8 décembre



6 jours  
(3 x 2 jours)  
à un mois d'intervalle



930 €