

Booster l'estime de soi : Prendre soin du « soi » personnel et professionnel

MODALITES

Durée : 14h soit 2 jours

Dates : 02 et 03 juin 2022

Horaires : 9h00 - 12h30 et 13h30 - 17h00

Lieu : CFPPE – 35 rue Gruninger Illkirch-Graffenstaden

Public : Tous les personnels en situation d'emploi en crèche auprès d'enfants. Aucun prérequis n'est nécessaire.

Moyens d'évaluation : Evaluation à chaud de l'action de formation par les stagiaires sous forme de QCM.

Intervenante et qualité : Mme GREGET Magali, Consultante parentalité

OBJECTIFS

- ♦ Mieux s'apprécier pour gagner en efficacité relationnelle et professionnelle.
- ♦ Renforcer les bases personnelles d'estime de soi

METHODES

Cours théoriques et pratiques. Echanges et tests.

PROGRAMME

- ♦ Différence entre estime de soi et confiance en soi
- ♦ Bilan sur ses forces et son potentiel d'évolution
- ♦ Identifier ses qualités personnelles
- ♦ Pratique de l'auto-empathie afin de réguler les émotions négatives
- ♦ S'estimer afin d'augmenter son bien-être et son savoir-faire
- ♦ Adopter une posture relationnelle efficace



Centre de Formation des Professionnels de la Petite Enfance

CFPPE

35 rue Gruninger, 67400 Illkirch-Graffenstaden

Tél : 03 62 02 03 13 [Mail : info@cfppe.fr](mailto:info@cfppe.fr)

www.cfppe.fr

CFPPE est une marque de SOGEFCO, SARL au capital de 9000€ - TVA : FR 21528173248
RCS de Strasbourg - SIRET : 528 173 248 00030 – APE : 7022Z

Notre organisme de formation est enregistré sous le N° 42 67 04581 67.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

