



## CONTACT

Académie des Projets de Vie  
02 41 48 92 19  
contact@projetsdevie.com  
www.projetsdevie.com

## PUBLIC

Tout public, salarié, demandeur d'emploi, professionnel, de l'enseignement, du social, de l'éducatif et de la santé en situation de relation d'aide et d'accompagnement.

## PRÉREQUIS

Avoir au moins une année d'expérience professionnelle dans un de ces domaines

## DURÉE - DATES

1 jour, soit 7 heures au total  
16 participants maximum

## TARIF (Montant net de TVA)

### En inter

· 275 € par personne

### En intra

· 1 500 € (avec 1 jeu par participant pour un groupe de 10 stagiaires, facturation en sus de 30 € par jeu à partir du 11ème stagiaire)  
+ Frais de déplacements

## MODALITÉS – DÉLAI D'ACCÈS

· Réponse sous 72 heures (jours ouvrés) suite prise de contact  
· Devis et programme  
· Formation présentielle

## INTERVENANTS

Tous.tes nos formateurs.trices consultant.es sont formé.es et répondent aux exigences de notre charte qualité

## ACCESSIBILITÉ

· Formation accessible aux personnes en situation de handicap  
· Nous contacter pour envisager l'accueil dans les meilleures conditions ou une orientation, si nécessaire, vers les structures spécialisées

# FORMATION : Accompagner l'estime de soi par les qualités

## Objectifs

Intégrer les qualités dans le développement de l'estime de soi  
Acquérir une culture des qualités  
Comprendre les qualités cachées derrière les défauts  
Comprendre le système de croyances sur l'estime de soi  
Acquérir le chemin entre les qualités et les choix personnels et professionnels  
Donner la confiance à parler de soi  
Accompagner avec l'outil Ilissi®

## Contenu

Estime de soi et confiance en soi  
Vocabulaire sur la qualification de soi  
Des défauts aux qualités  
La place des qualités dans les choix personnels et professionnels  
L'utilisation de la créativité et la place de la parole dans l'estime de soi  
Le ludique dans la découverte des qualités : ex ILISSI  
L'accompagnement des croyances limitantes

## Méthodes mobilisées

Pédagogie active, inversée et coopérative, appuyées d'exercices pratiques et de mises en situation.

## Modalités d'évaluation et dispositifs de suivi

Questionnaire d'évaluation en fin de formation  
Feuille d'émargement  
Attestation de formation  
Remise du jeu « Ilissi® »