

# LE PARCOURS ÊTRE SOI AU MILIEU DES AUTRES

## DÈS LE COLLÈGE – JUSQU'À 23 ANS

ATELIERS EN COLLECTIF & ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

Pour les jeunes en situation de **burn-out scolaire**, **sans relations et/ou sans activités**, en **année sabbatique**, ou inscrits au **CNED**.

JE N'AI PLUS ENVIE DE SORTIR DE CHEZ MOI - VOTRE ENFANT S'ISOLE  
JE N'AI AUCUNE MOTIVATION À FAIRE LES CHOSES - VOTRE ENFANT N'A PLUS D'APPÉTIT POUR RIEN  
JE SUBIS MES ÉMOTIONS - VOTRE ENFANT N'EXPRIME PLUS OU TROP D'ÉMOTIONS

Ce parcours s'adresse aux jeunes en recherche de motivation pour **retrouver leur capacité à entrer en relation avec les autres**, pour **se découvrir soi** et **prendre conscience de ses besoins**. Des ateliers en collectif pour prendre la parole, prendre sa place dans un groupe et découvrir une autre pédagogie.

### OBJECTIFS

- Prendre conscience de sa capacité à communiquer
- Acquérir une aisance relationnelle
- Développer la relation à soi et à l'autre
- Prendre conscience, confiance et accueillir ses émotions
- Comprendre son mode de fonctionnement
- Apprendre à construire l'estime de soi
- Explorer et exprimer sa créativité personnelle
- Développer son adaptation à l'autre, au contexte, à l'environnement

### CONTENU

- Temps réguliers pour explorer ses qualités
- Projet coopératif
- Techniques de communication, de relation à l'autre via divers outils
- Ateliers de réflexion éthique (décodage des différentes formes de relation...)
- Méthodologie de projets
- Ouverture culturelle (visites...)

### MODALITÉS

- 2 demi-journées de présence hebdomadaire au centre de formation pour les ateliers en collectif
- Entrées et sorties permanentes
- Temps de présence modulable
- Accompagnement individualisé (un entretien individuel par mois)
- Entretiens jeune / parents (un entretien en début de parcours et un entretien en fin de parcours)

Contactez-nous pour un devis d'accompagnement personnalisé.

Responsable pédagogique : **Anne-Laure Cesbron**

Renseignements & Inscription : [contact@projetsdevie.com](mailto:contact@projetsdevie.com) ou 02 41 48 92 19