

## Public concerné

Les infirmières scolaires et personnels  
du lycée Ambroise Croizat

Prérequis : Aucun

## Intervenante

Sophie Bedouck,  
Conseillère conjugale et familiale  
Formatrice

## Tarifs

Sur demande

## Lieu de Formation

A préciser

Contact et inscriptions :

**Catherine JAMOUS**

Tél : 06 95 26 18 45

[couplesetfamilles31.asso@gmail.com](mailto:couplesetfamilles31.asso@gmail.com)

Places disponibles(12 places)

Si vous êtes concerné par une situation de handicap,  
merci de nous contacter

Siège social :

**Fédération Nationale Couples et Familles**

28, place Saint Georges 75009 Paris

<https://www.couplesetfamilles-formation.com/>

Organisme de formation agréé : n° 11 75 00 585 75

Siret : 308 439 868 00016

Nouvelle formation  
continue



FORMATION CONTINUE

**Formation**

**« Favoriser l'estime de soi des  
jeunes de plus de 11 ans par des  
outils de prévention et la  
communication »**

**Deux journées de formation  
indissociables**



---

## OBJECTIFS

- Définir l'estime de soi et son rapport avec le respect d'autrui.
- Se sensibiliser à la Communication Non Violente pour:
  - Ecouter et s'exprimer sans juger.
  - Explorer et développer un savoir être favorisant l'estime de soi des jeunes.
  - Adopter une posture bienveillante dans une intervention de prévention.
- Expérimenter des outils favorisant l'estime de soi, le respect, la verbalisation des émotions, la prévention des conduites à risque

<https://www.couples-et-familles.com/sacados-pour-les-animations-scolaires>



---

## MODALITES PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques :
  - Définition de l'estime de soi.
  - Théorie sur la gestion des émotions et en particulier celle de la colère.
  - Communication Non Violente.
- Temps de présentation des 15 outils de SacAdos de la Fédération Couples et Familles.
- Expérimentation de 4 outils de la mallette
- Exercices pratiques de communication
- Temps d'échanges et réflexion collective

---

## MODALITÉS D'EVALUATION

- Questionnaire d'autoévaluation
- Questionnaire de satisfaction

De nombreuses recherches concluent qu'un des freins et résistances des adolescents aux facteurs de prévention est le manque d'estime de soi.



*« Soyez une personne qui encourage, le monde est déjà pleins de critiques »*