

DEVELOPPER LA CONFIANCE EN SOI

La confiance en soi est un élément majeur pour démarrer positivement votre vie professionnelle et la faire évoluer de façon significative. Elle participe aussi à un réel épanouissement dans les autres secteurs de votre vie.

OBJECTIFS :

- Repérer les origines de ce manque de confiance en vous.
- Identifier les moyens pour développer « l'estime de soi »
- Devenir acteur dans le développement de votre confiance.
- Se donner un plan d'action pour avancer...

METHODES :

Petits groupes en week-end favorisant la convivialité, respectueux du rythme et du besoin de chacun.

Pédagogie active qui permet des échanges et des exercices variés : apports théoriques, travail individuel et en sous-groupe.

« C'est un moment qui vous permettra de développer votre confiance en vous ».

MODALITES :

- Vendredi : 23 et 30 novembre 2007 de 18 à 21 h.
- Samedi : 24 novembre et 1^{er} décembre 2007 de 9 à 17 h.

FORMATRICES :

Béregère CANONNE et Charlotte DEVIANNE (2 groupes fonctionnent en parallèle)