

Estime de soi, émotions et besoins ; un lien indissociable

Formation de 5 jours pour les professionnels de l'aide qui désirent voir avancer leurs patients/clients sur le chemin de la confiance et de l'estime de soi.

Une base de théorie, beaucoup d'exercices et d'outils pour vous et vos patients/clients.

D'où que viennent la mésestime et le manque de confiance en soi, les outils que cette formation vous apportera seront tous bénéfiques et efficaces pour tout un chacun.

Cette formation de 5 jours vous permettra d'élaborer des stratégies pertinentes avec vos patients/clients afin qu'ils puissent renouer à la fois avec leur(s) valeur(s) propre(s), leur confiance, leurs capacités et leurs compétences. Afin qu'ils puissent aussi, reconnaître leurs émotions et ce qu'elles veulent réellement leur dire.

Nous aborderons durant ces 5 jours les différences entre estime, confiance et affirmation de soi. Nous irons plus loin encore en reconnaissant les croyances erronées et les besoins oubliés.

Nous approfondirons, au travers d'exercices, le développement de l'émotion et l'écoute des besoins afin de renforcer estime et confiance.

Dates 2023 :

12-19-26 janvier 2023

2-9 février 2023

De 9h00 à 16h

Intervenant:

Valérie Gourdain : Conseillère conjugale familiale, sexologue, victimologue et hypnothérapeute.

10 personnes maximum. Réservation obligatoire au 0499 997676 ou valerie@thera-cademy.com

Inscription au plus tard le 15 décembre 2022.

Prix :

800 euros TVAC

* Recevez 10 % si l'un(e) de vos collègues s'inscrit à la formation avec vous.

Un acompte de 400 € sera demandé pour confirmer l'inscription sur le compte ThéraCademy :

BE49 6451 0859 5171 Commentaire : Estime 2023

Programme Détaillée

- Jour 1
 - L'estime et ses composantes
 - La confiance en soi et l'affirmation de soi
 - Les différentes portes de l'estime
 - ...

- Jour 2
 - Les valeurs
 - Les croyances
 - Les jugements
 - ...

- Jour 3
 - Les émotions
 - Les canaliser pour évoluer
 - ...

- Jour 4
 - Les besoins à satisfaire
 - ...

- Jour 5
 - Reconnaître et renouer aux liens entre estime, émotions et besoins
 - Les différents outils pour avancer sereinement dans la vie.
 -

De très nombreux exercices pour vous et vos patients/clients dans chacun des domaines abordés.

Retrouvez toutes les formations sur [Théra-Cadémy.com](https://thera-cademy.com)

ThéraCadémy

Avenue du Chêne 38
1340 Ottignies
TVA : BE0672.605.423

Contact

Valérie Gourdain
+32 (0) 499 99 76 76
valerie@thera-cademy.com

Moyens de paiement

Banque : J Van Breda
IBAN : BE49 6451 0859 5171
BIC : JVBABE22