

L'optimisme, c'est contagieux !

Comment développer un état d'esprit qui inspire et motive l'initiative et la légèreté.

PRESENTATION DE LA FORMATION :

Au cours de la formation, vous découvrirez quel est l'état d'esprit qui permet d'être optimistes, souples, adaptables. Le pire ennemi de l'optimisme est le stress et avec lui, les peurs, les appréhensions, les agacements, les découragements et les renoncements.

Vous explorerez les obstacles à l'optimisme et commencerez à les lever.

Ensuite, vous découvrirez comment développer ou renforcer cet état d'esprit au sein de votre classe ou équipe de collègues....et devenir vous-même une source d'inspiration optimiste.

OBJECTIFS :

- comprendre le mécanisme du stress
- explorer l'état d'esprit optimiste, souple, ouvert, léger
- identifier les freins à l'optimisme
- expérimenter des exercices pour lever ses propres freins à l'optimisme
- s'exercer à la communication ouvrante afin d'amener l'autre vers plus de curiosité

METHODOLOGIE :

La formation est interactive avec alternance entre la théorie et une grande part d'exercices pratiques appliqués aux besoins de l'enseignement et de la vie de tous les jours.

PUBLIC CIBLE :

Enseignants du fondamental, du secondaire et du supérieur, éducateurs, directeurs, personnel PMS, accompagnateurs en école des devoirs, responsables en remédiation, accompagnateurs d'élèves en difficulté.

CONTACTS :

Une question ? N'hésitez pas à nous contacter.

Caroline Waucquez : 0475 93 52 01

caroline.waucquez@learntobe.be

Directrice et responsable pédagogique

Michèle Clette : 02 737 74 87

michele.clette@learntobe.be

Gestion administrative