

Proposition pour un accompagnement à la confiance en soi par ateliers collectifs

Contexte :

La mission générale d'insertion du Rectorat de Paris va mettre en place un programme pour répondre à une problématique de décrochage scolaire d'un public de jeunes parisiens situé sur 4 bassins différents. Il s'agit d'un dispositif qui visera à aider jeunes à reprendre confiance en eux à la fois sur un plan personnel et sur un plan méthodologique. C'est dans le cadre de l'aspect du développement personnel que la société SensEvidence, représentée par Cédric Fromont, est consultée.

Objectif :

Il s'agit d'une demande d'intervention courte déclinée en 4 ateliers collectifs par groupe de participants. L'objectif est de les « booster » sur le plan de la confiance en soi et de ses corollaires, l'image de soi et la capacité à affirmer un projet scolaire qui ait du sens pour soi.

Proposition d'intervention:

4 ateliers collectifs de 2h30 s'enchaînant dans un délai de 3 mois (au maximum) avec au maximum 8 participants par atelier (minimum 4 participants).

Le contenu de base de ces ateliers se fera sur le modèle des « ateliers confiance en soi » qui sont animés tous les mois depuis 3 ans par Cedrick Fromont., en l'appliquant aux particularités d'un public jeune en décrochage.

- **Atelier 1 : Améliorer l'image de soi**

Il s'agit d'ouvrir la parole et de permettre à tous les participants d'exprimer où ils en sont dans la vie -ils vivent en général très durement le fait de ne pas être conforme.

L'outil de photolangage utilisé permet à chacun de parler plus facilement à partir d'images et de se rendre compte de la diversité des moyens utilisables pour oser et pour réussir

- **Atelier 2 : Prendre confiance en soi**

La méthode sous forme ludique, issue de la PNL, permet en 3 mini-ateliers de 45 min qui mettent les participants en situation, de faire le point sur sa propre confiance. De remettre la peur à sa place et se redonner des objectifs atteignables.

- **Atelier 3 : Mieux se comprendre et entendre les attentes des autres**

Mieux se comprendre, comprendre les attentes relationnelles de chacun permet d'éviter malentendus de communication et donc de renforcer considérablement la confiance.

Cet atelier d'affirmation de soi est basé sur un modèle d'analyse comportementale très simple, facile à comprendre et à utiliser : les couleurs du DISC. Une façon pédagogique d'expliquer les attentes différentes des autres, de comprendre qu'il faut savoir adapter ses modes de communication et comment le faire.

- **Atelier 4 : se (re)donner un projet cohérent**

La technique utilisée est issue des « pratiques narratives ».

Elle consiste à utiliser le média d'un dessin d'arbre pour aider les jeunes à clarifier pour eux-mêmes leur projet scolaire dans le cadre plus vaste de leur vie. Les projets sont ensuite présentés aux autres participants pour renforcer la réalité de ce qui est exprimé.

SensEvidence – 72 rue Falguière – 75015 Paris

Formation en management et efficacité professionnelle – Accompagnement individuel au changement

Tel : 06.61.16.77.86 – cedrick.fromont@sensevidence.fr - www.sensevidence.fr

Siret : 51297455000019 – TVA intra : FR88521974550 - Activité de formateur enregistrée N° : 11754632375

Intervenant : Cédric Fromont a été manager en entreprise pendant 10 ans. Il a travaillé dans le milieu associatif, dans la restauration, au sein de PME et dans 2 grandes entreprises de la Distribution.

En 2009 il a créé SensEvidence- accompagnement au développement personnel et professionnel- et s'est spécialisé sur les problématiques de confiance en soi et de motivation.

Il intervient en individuel et en ateliers collectifs auprès de particuliers et d'entreprises.

Titulaire d'un DESS de gestion des entreprises, il est coach certifié par l'école du Dôjô et formateur pour adultes certifié par la Cegos.

Il est également certifié praticien II en PNL, formé à la Process communication, à l'analyse transactionnelle (101), au coaching d'équipe et aux pratiques narratives. Il est accrédité Puzzle Disc.

Budget :

Le budget pour cette intervention sera de 360 euros TTC par atelier de 2h30.

Si nous retenons une intervention globale de 4 ateliers sur 4 bassins cela donnera 5760 euros TTC pour l'ensemble de l'intervention.

SensEvidence – 72 rue Falguière – 75015 Paris

Formation en management et efficacité professionnelle – Accompagnement individuel au changement

Tel : **06.61.16.77.86** – cedrick.fromont@sensevidence.fr - www.sensevidence.fr

Siret : 51297455000019 – TVA intra : FR88521974550 - Activité de formateur enregistrée N° : 11754632375