

**PDL-2024-00042**

## CONTACT

Maryse BIOTTEAU  
Responsable pédagogique  
☎ 02 51 81 64 58  
✉ [mbiotteau@ec44.fr](mailto:mbiotteau@ec44.fr)

Cécile RAIMBOURG  
Responsable administratif  
☎ 02 51 81 64 58  
✉ [crainbourg@ec44.fr](mailto:crainbourg@ec44.fr)

## PUBLIC VISE

- Enseignant en primaire
- Enseignant spécialisé
- Enseignant en collège
- Enseignant en lycée Général

## NIVEAU CONCERNE

- Cycle 1 ■ Cycle 2
- Cycle 3 (1D/2D)
- Cycle 4 ■ Lycée

## TYPE DE FORMATION

- AMI (Appel à Manifestation d'intérêt)
- CLE en main
- Ecole / Collège / Lycée
- CLE ou regroupement d'établissements proches

## DUREE DE LA FORMATION

12H

## DATES

Mardi 11 février 2025  
Mercredi 12 février 2025

## HORAIRES

9h-12h // 13h30 – 16h30

## LIEU DE LA FORMATION

Institut Supérieur Ozanam  
15 rue Leglas-Maurice  
44000 Nantes

## Intitulé de la formation

### ESTIME DE SOI : Découvrir et expérimenter des outils pour les faire vivre aux jeunes



## Accroche

La formation vise à donner aux éducateurs des connaissances utiles sur l'estime de soi et permet d'expérimenter 7 outils concrets et efficaces à utiliser avec les élèves, pour que les jeunes puissent grandir dans l'estime d'eux-mêmes.

## Contexte et enjeux

En abordant ces enjeux dans votre formation sur l'estime de soi pour les élèves, vous pouvez contribuer à créer un environnement scolaire plus inclusif, bienveillant et propice au développement global des jeunes.

Expérimenter des outils liés à l'estime de soi en formation en tant qu'enseignant présente plusieurs avantages significatifs pour ensuite les réinvestir auprès des élèves : en expérimentant les outils vous-même, vous acquérez une compréhension approfondie de leur fonctionnement et de leur efficacité. Cela vous permettra de mieux guider les élèves dans leur utilisation et de répondre à leurs questions de manière plus informée.

En testant les outils, vous pourrez identifier lesquels sont les plus adaptés aux besoins spécifiques de vos élèves. Chaque groupe d'élèves peut avoir des préoccupations et des défis différents en matière d'estime de soi, et cette expérience vous aidera à choisir les outils les plus pertinents pour adresser ces besoins.

Ce sera l'occasion de développer vos propres compétences en matière d'estime de soi et en constatant les bénéfices personnels que vous en retirez, vous renforcez également votre confiance en tant qu'enseignant. Cela peut vous aider à aborder les défis professionnels avec une attitude plus positive et résiliente, ce qui aura un impact positif sur votre enseignement et votre relation avec les élèves.

## Prérequis

- Aucun pré requis

## EFFECTIF

Le nombre de participants est au minimum de 8 et au maximum de 16 par session de formation.

## PRESENTATION DE L'ORGANISME DE FORMATION

Lieu de formation, d'innovation et de recherche, l'Institut Supérieur Ozanam accueille les enseignants tout au long de leur carrière, et ce, dès la 1<sup>ère</sup> expérience de suppléances.

Ainsi, l'ISO assure les formations initiales, parcours Master MEEF 1<sup>er</sup> et 2<sup>nd</sup> degrés, et continues des enseignants du 1<sup>er</sup> et 2<sup>nd</sup> degrés et les chefs d'établissement.

L'ISO est certifié Qualiopi depuis juillet 2021.

## FORMATEUR

Mme Ségolène de Bengy, consultante et animatrice en développement personnel et relations humaines. Educatrice à la vie affective et sexuelle, accréditée à la pédagogie de Jean Monbourquette. Animation d'ateliers « de l'estime de soi à l'estime du Soi » auprès d'adultes. Membre de l'association Estimame

## Objectifs de la formation

- Comprendre ce qu'est l'Estime de soi et ses conséquences sur le bien-être et les apprentissages des élèves
- Comprendre les conséquences d'une bonne et une mauvaise Estime de soi dans son quotidien d'enseignant et sur les apprentissages des élèves
- Découvrir des outils à mettre en place au sein de sa classe pour accompagner les jeunes dans le développement d'une image juste et positive d'eux même
- Adopter une posture qui favorise l'estime de soi

## Compétences visées (Arrêté du 1<sup>er</sup> juillet 2013)

- Intégration dans le système éducatif (CC1 – CC2 – CC6)
- Relations au sein de la communauté éducative et de son environnement (CC7 – CC10 – CC11 – CC12 – CC13)
- Maîtrise des contenus disciplinaires et didactiques (CC8 - P1 - P2)
- Expertise dans les apprentissages et l'accompagnement des élèves (P3 – P4 – P5 - CC3 – CC4 – CC5)
- Usage et maîtrise des technologies de l'information et de la communication (CC9)
- Adapter sa pratique professionnelle selon les évolutions du métier et de son environnement de travail (CC14)

## Situation de handicap

Si parmi le public une personne est en situation de handicap, veuillez-nous le signaler afin de prendre en compte les besoins et anticiper des aménagements pédagogiques.

## Contenu pédagogique détaillé

- Objectifs pédagogiques opérationnels (observables, évaluables) par journée

### Journée 1 : (6h)

**Objectif 1 :** Définir et comprendre la notion de l'estime de soi pour son être (amour de soi) et son agir (confiance en soi) La différencier avec l'affirmation de soi.

Connaitre les attitudes qui favorisent l'estime de soi de ses élèves de celles qui sont nuisibles.

Identifier comment se libérer de la comparaison et se regarder de manière positive

**Objectif 2 :** Expliciter le niveau d'estime de soi de mes élèves.

Se situer, prendre conscience en quoi consiste l'estime de soi, ses bénéfices ses impacts dans nos vies

Se questionner sur ses attitudes éducatives avec les élèves et le groupe classe

Apprendre aux élèves à se regarder comme une personne unique et irremplaçable.

## MOYENS TECHNIQUES

Une grande salle avec vidéoprojecteur pour les travaux de groupes (si la salle n'est pas assez grande envisager alors de petites salles contiguës)

## EVALUATION DE FIN DE FORMATION

- Synthèse (bilan) du formateur à l'issue de la formation
- Questionnaire (bilan) complété par chaque participant à l'issue de la formation
- Synthèse des bilans de formation, réalisés par les participants, transmise à Formiris, dans un délai de 3 mois, à l'issue de la formation

## ATTESTATION DE SUIVI DE FORMATION

Attestation nominative reprenant les compétences travaillées, les objectifs et les contenus, sous réserve que la formation ait été suivie à 100%.

## TYPE DE COUT

- Forfaitaire
- Individuel

## Journée 2: (6h)

**Objectif 3:** S'approprier des outils pour prendre conscience des langages et croyances nuisibles à la confiance en soi pour identifier les formes de langages propices à la confiance.

Savoir se protéger des commentaires destructeurs.

Connaitre les émotions ce qu'elles signifient et savoir les exprimer de manière non violente.

Apprendre à nourrir mon estime par l'accueil que je fais des compliments.

**Objectif 4:** Faire vivre des exercices sensorielles : auditifs, visuels et kinésistes d'estime de soi afin qu'ils soient renforcés dans leurs compétences et solide dans leur posture d'adulte et qu'ils puissent les faire vivre aux élèves.

## Principales modalités et méthodes pédagogiques

■ **Présentiel** –  Hybride –  Distanciel

### Journée 1: Présentiel (6h)

■ Pédagogie expositive Apports théoriques interactifs, contes.

■ Pédagogie active :

1. en travail individuel permettant une première élaboration et intériorisation.
2. en sous-groupe pour verbaliser et échanger entre participants.
3. grand groupe permettant le questionnement du formateur et aller plus loin dans la réflexion.

**Support du photolangage.**

**Autoévaluation des participants et évaluation formative**

### Journée 2: (6h)

■ Pédagogie expositive Apports théoriques,

■ Pédagogie active : Animations permettant les réflexions entre participants et participants / formateurs

■ Pédagogie active : Conte, dessin jeux de rôle, méditation guidée, liste des émotions, liste des besoins

**Autoévaluation des participants, évaluation formative**

**Bilan de fin de formation**