



La clinique de l'écologiste



APPRENDRE A S'ESTIMER

POUR QUI ?

Les enfants entre 8 et 12 ans rencontrant un manque de confiance en soi et une faible image de soi.

OBJECTIFS

- Prendre sa place dans le monde
- A quoi ça sert l'estime de soi ?
- Se protéger de certains événements négatifs et sortir des sentiments d'impuissance, d'injustice ou de culpabilité ?
- Gérer les critiques et les commentaires négatifs. Savoir repartir après ça...
- Gérer sa petite voix intérieure
- S'évaluer justement : se valoriser tout en ayant conscience de ses faiblesses
- Conserver un sentiment de valeur personnelle tout en ayant des difficultés.

A Leers:

**Le vendredi
de 18h à 19h30**

Animé par

Mélanie FACON

Neuropsychologue

Coût:

170 euros pour le cycle (si réglé en 2 chèques remis à la première séance)

30 euros par séance si paiement à la séance

DISPOSITIF THÉRAPEUTIQUE

1 séance par quinzaine sauf vacances scolaires

6 séances

Maximum 8 enfants