Devenir coach spécialisé en bien-être pour les enfants et adolescents - Liège



Soins - Bien-être | Continue

Durée	Tranche d'âge	Finalité	Pratique en entreprise / Alternance	Métier en pénurie / Fonction critique
24 heures	18 à 25 ans 25 ans et +	Attestation	Non	Non

Découvrir et expérimenter des pratiques, des exercices, des mises en situation fondées sur les principes de la pleine conscience, la visualisation, la relaxation et autres approches créatives et ludiques permettant :

- Le développement de la confiance en soi,
- La gestion des émotions,
- La gestion du stress,
- La communication bienveillante et non violente,

Lors de chaque session de formation des pratiques seront présentées et expérimentées pour pouvoir les intégrer dans la pratique professionnelle ou dans le contexte personnel.

Conditions d'accès

Cette formation concerne les personnes qui travaillent en relation avec des enfants ou des adolescents par leur pratique professionnelle ou de bénévolat (Professionnel de la santé, coach, conseiller, animateur, éducateur, enseignant, etc.)

Programme

Notre formation de 4 jours, théorique et pratique, vous permettra de mieux accompagner les enfants et les adolescents en leur transmettant des outils pratiques dans la cadre d'un accompagnement individuel ou de groupe. Nous aborderons diverses approches complémentaires :

1) La Pleine conscience :

La pleine conscience et sa pratique contemplative favorise le développement du savoir-être, cultive le bien-être personnel et soutien le développement de la capacité d'empathie.

La pleine conscience permet de réaliser que les expériences internes (corps, pensées) sont des phénomènes passagers.

Cette formation abordera la pratique et les fondements de pleine conscience dans le cadre de l'accompagnement des enfants & adolescents que ce soit dans le contexte professionnel ou personnel. Cette pratique permet aux enfants et adolescents de mieux apprivoiser leurs émotions, de mieux apprivoiser leur stress, d'améliorer leurs capacités de concentration et d'attention et de développer leur capacité de bienveillance envers eux-mêmes et les autres.

2) Techniques créatives (pensée créative, écriture créative, collages, …)

3) Activités ludiques et d'animations basées sur des jeux de cartes ou autres supports.

Liège - Château Massart (FC)

Rue du Château Massart, 70 4000 Liège

04 229 84 60

Accueil :

Du lundi au vendredi : de 8h30 à 12h30 et de 13h15 à 20h

/

formation.continue@centreifapme.be

Bon à savoir

Découvrez le catalogue complet des formations continues du Centre IFAPME Liège-Huy-Verviers sur notre site internet *(https://www.formation-continue.be/)* .

Pour toute demande d'information, notre service est joignable au 04/229.84.60 ou à l'adresse formation.continue@centreifapme.be.