



## Fiche descriptive

### Confiance et affirmation de soi ; valoriser ses compétences

Se sentir capable d'agir et de relever des défis est fondamental pour préserver son engagement et son plaisir dans le quotidien, tant sur le plan professionnel que personnel. Croire en ses ressources et ses compétences dynamise la motivation et favorise l'épanouissement.

Au cours de la formation, nous verrons comment votre perception de vos compétences influence vos actions et participe à votre épanouissement professionnel. Nous explorerons les moyens à votre disposition pour renforcer votre confiance en vous et accroître votre capacité d'action. Nous aborderons également différentes pistes pour surmonter les doutes et les obstacles que vous pouvez rencontrer dans votre quotidien professionnel.

<b>Participant-e-s</b>	Toute personne qui travaille en structure d'accueil
<b>Objectifs</b>	Identifier et renforcer vos points forts Acquérir de l'aisance pour oser vous affirmer Valoriser vos acquis dans vos échanges au sein de l'équipe ou avec les familles Développer des stratégies pour surmonter vos doutes et vos obstacles
<b>Méthodologie</b>	Apports théoriques avec supports Alternance de réflexions, discussions, mises en situation Partage d'expériences
<b>Date</b>	<b>Mercredi 11 février 2026</b> de 8h45 à 16h45. <b>Le cours a lieu à partir de 5 inscriptions.</b>
<b>Lieu</b>	Rue du Crochetan 2, 1870 Monthey
<b>Intervenante</b>	Anne-Lise Norton, éducatrice de l'enfance, analyste transactionnelle certifiée, formatrice d'adultes, master en sciences de l'éducation.
<b>Prix</b>	CHF 190
<b>Inscription</b>	<b>Jusqu'au 16 janvier 2026</b> au 076.213.90.13 ou par mail à : <a href="mailto:norton@kibare.org">norton@kibare.org</a>