



LES RESSOURCES DU MÉDIATEUR

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Journée 1 : SE PRESENTER – SE CONNAITRE – SE RECONNAITRE – SE CONNECTER

- TEMPS DE PRESENTATION DU CONTAINER
- AUTO DIAGNOSTIC
- EXERCICE DES 3 C (Conserver – Cesser – Créer)
- QUESTIONNAIRE PERSONNALISÉ
- DIAGRAMME DU STRESS

Journée 2 : DÉCOUVRIR ET S'APPROPRIER SES NOUVELLES RESSOURCES

- RÉCAPITULATIF DES RESSOURCES ACQUISES
- ÉTOILE DU CHANGEMENT
- BOITE A RESSOURCES
- LE PREMIER PETIT PAS
- PROJECTION DEMAIN

Exercices surprise tout au long de ces 02 journée – Synthèse – Bilan - Evaluation