

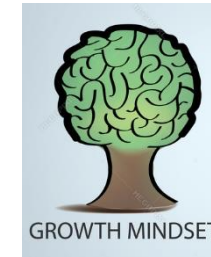
Crois en toi, aies confiance!  
Facile à dire mais comment faire ?



l'écoline

Aurélie Andriamialison  
Psychologue FSP-coaching de vie pour enfants

  
Seeds of Joy  
Kids Life Coaching



Situations	Etat d'esprit fixe	Etat d'esprit de développement
Challenges	Evite les challenges	Recherche les challenges
Obstacles	Abandonne facilement	Persiste quand c'est difficile
Effort	Voit l'effort comme inutile, ou pire	Voit l'effort comme étant le chemin nécessaire vers la maîtrise
Critiques	Ignore les critiques négatives, même constructives	Apprend de toutes les critiques
Succès d'autrui	Se sent menacé par le succès des autres	Se sent inspiré par le succès des autres

# Des phrases pour booster la confiance:

Chaque essai me rapproche du succès.

Je crois en moi.

Je suis unique.

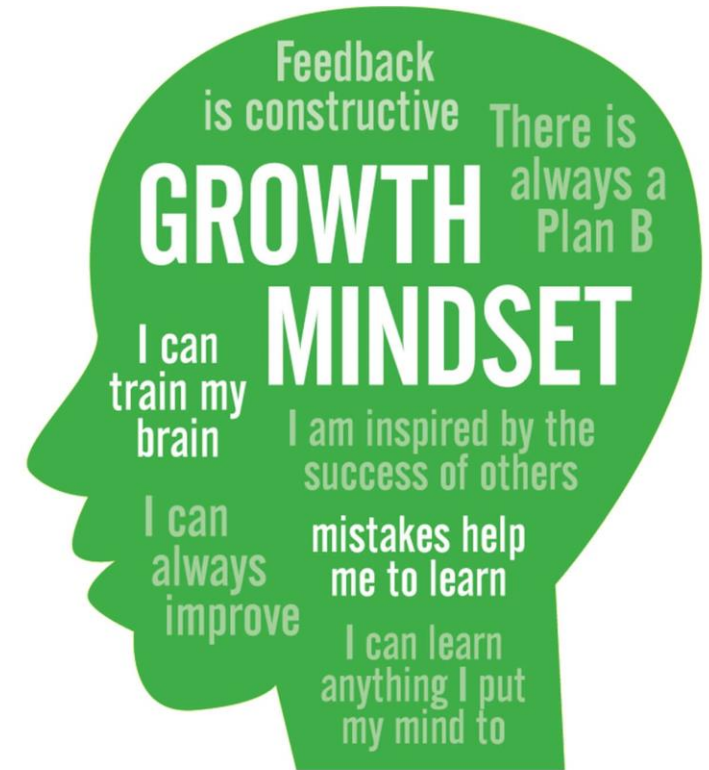
Je suis capable et je vais y arriver.

Plus je m'entraîne, plus je m'améliore.

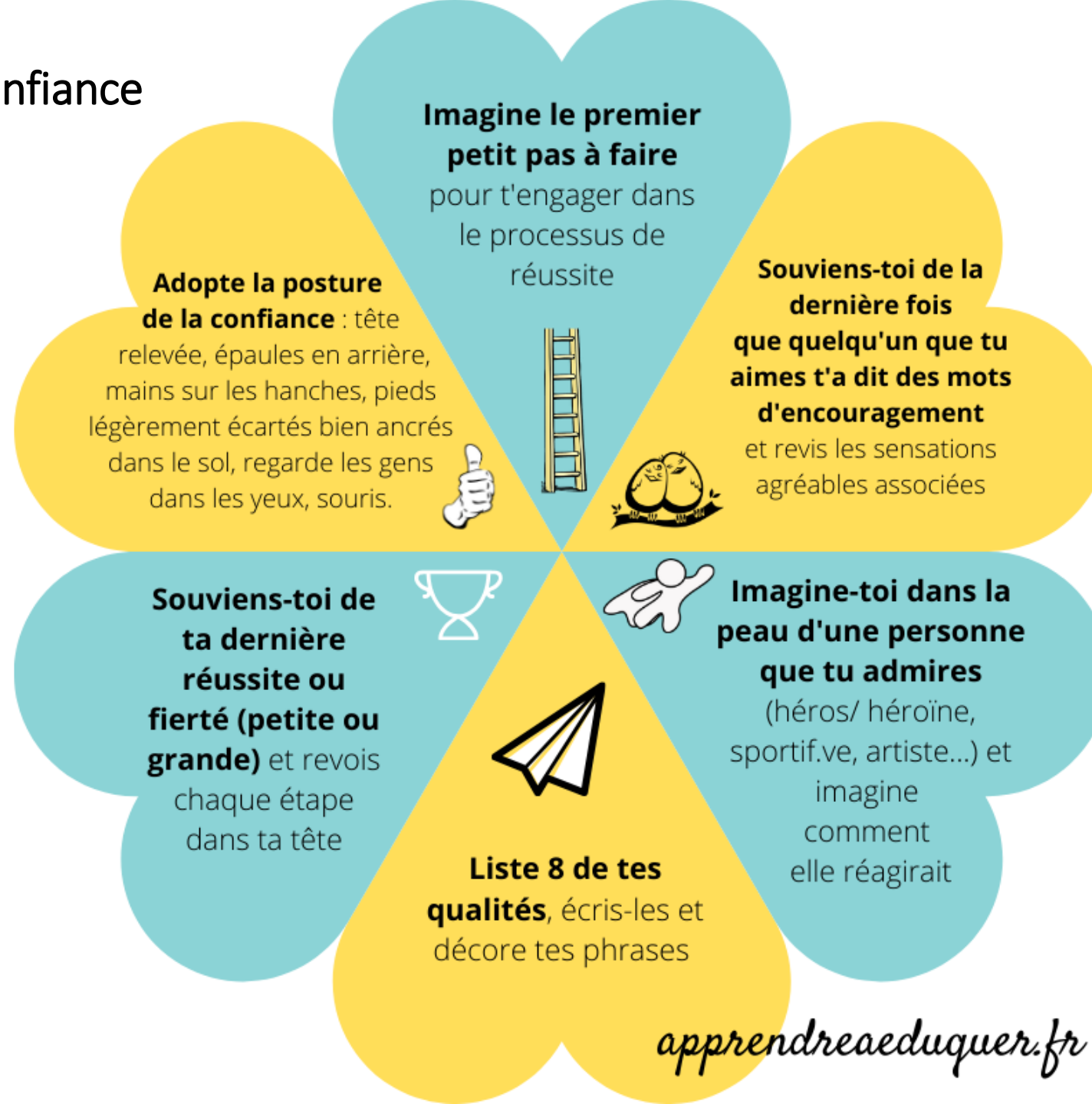
Je peux relever n'importe quel défi.

Je grandis quand je sors de ma zone de confort.

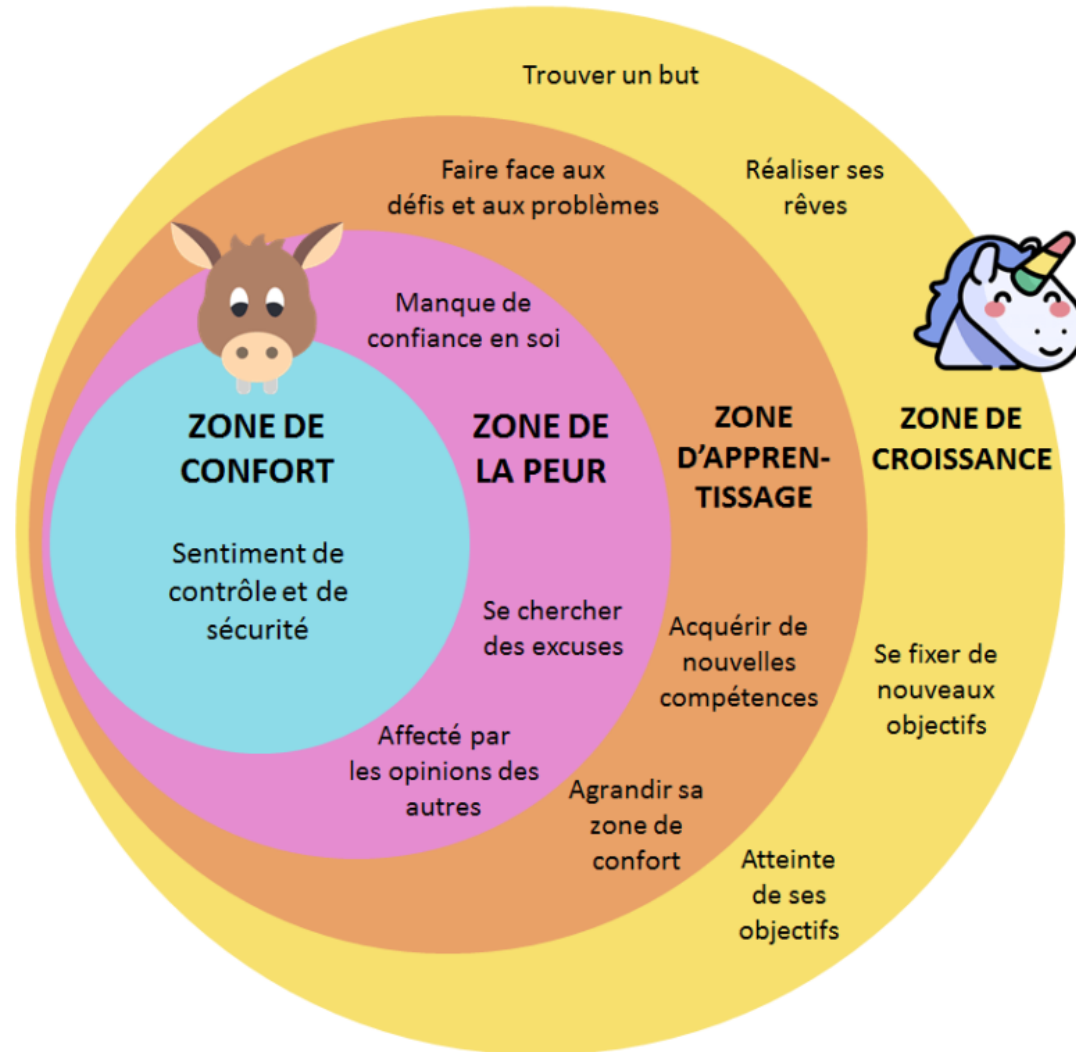
Je fais des erreurs et c'est OK, elles m'aident à apprendre.



# La fleur de la confiance

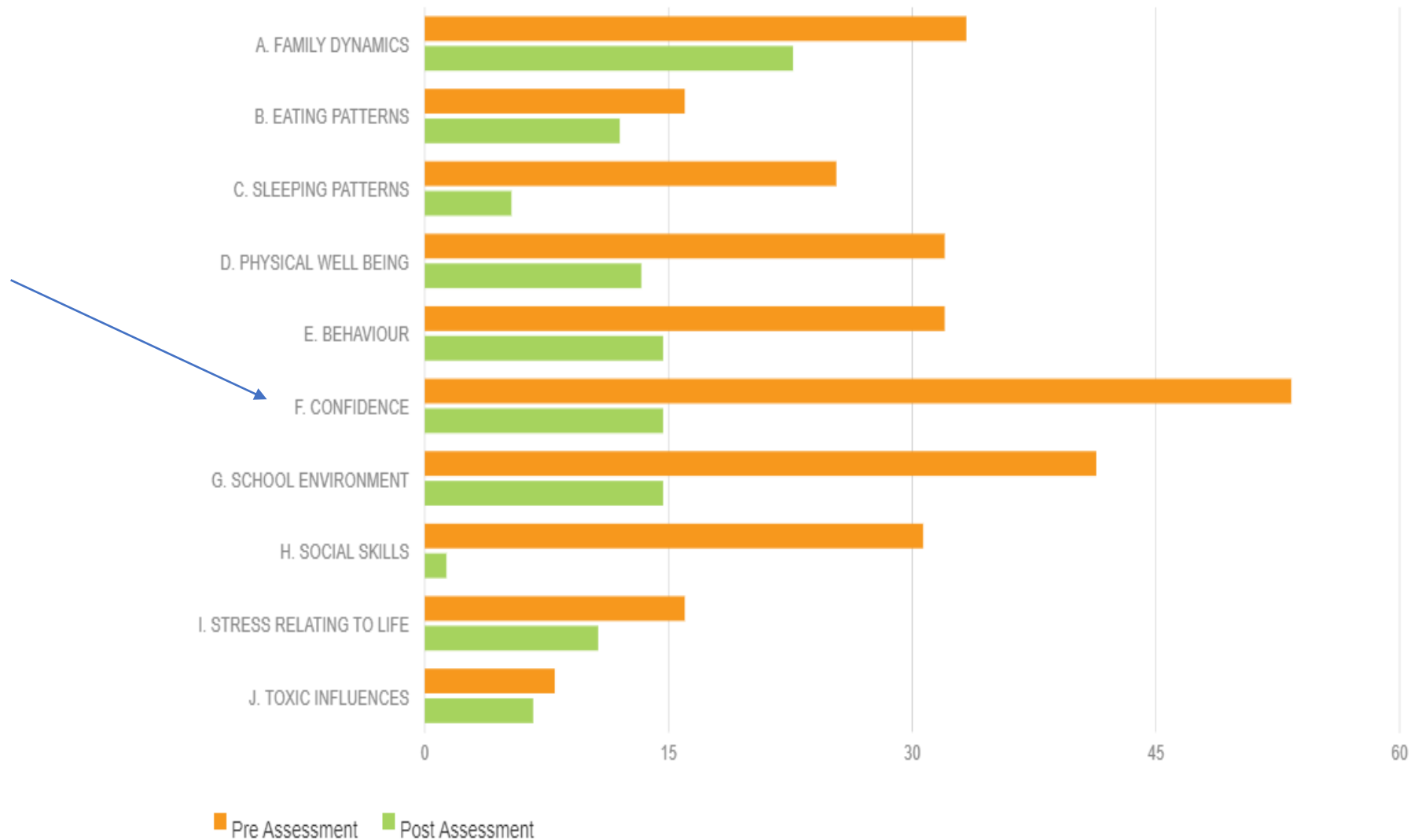


# Sortir de sa zone de confort pour atteindre la zone de croissance



## Pre & Post Assessment

Résultats avant et après le programme de coaching (plus les valeurs sont hautes, plus il y a de risques).







**Samedi 4 mai de 9h à 17h**

Arboretum d'Aubonne

Partir explorer la forêt et s'inspirer des arbres pour se renforcer et s'épanouir. Cette journée de stage est une opportunité pour les enfants dès 8 ans ans d'apprendre à connaître leurs forces, de découvrir les secrets des arbres, de se connecter à la force de la nature et de relever des défis en équipe.

Tarif: 140 CHF

Inscription: [info@seedsofjoy.ch](mailto:info@seedsofjoy.ch)


[www.seedsofjoy.ch](http://www.seedsofjoy.ch)





Kids Life Coaching

# Seeds of Joy

 077 452 58 95

 [info@seedsofjoy.ch](mailto:info@seedsofjoy.ch)

 [@seedsofjoy\\_kidslifestudio](https://www.instagram.com/seedsofjoy_kidslifestudio)

 [www.seedsofjoy.ch](http://www.seedsofjoy.ch)







Ecole inspirée de Reggio Emilia pour les 2 à 6 ans

# L'écoline

☎ 021 691 04 04

@ contact@lecoline.ch

📷 l.ecoline

🌐 lecoline.ch

Chemin de la Venoge 7, 1025 Saint-Sulpice

**l'écoline**