



Consultante en formation et coach en développement personnel

Gestion du stress chez les étudiants

<p>Animée par : Sylvana BESCHIZZA</p> <p>Durée de la formation : 4 jours (4x7h). 1 jour par semaine.</p> <p>Groupe de 10 personnes.</p>	<p>Objectif global :</p> <p>Retrouver une sérénité lors des évaluations ou des entretiens oraux. Gérer le stress en utilisant les outils adaptés à leurs personnalités. Trouver l'équilibre entre vie personnelle et vie scolaire.</p> <p>Objectifs pédagogiques:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Repérer les émotions dominantes • Repérer les situations stressantes • Repositiver sa vie.
<p>Méthodes pédagogiques :</p> <p>PNL Test de stress Revalorisation de soi Recherche d'outils anti-stress Relaxation</p>	<p>Tarifs</p> <p>Tarif sur devis.</p>

Tous les apports ou documents fournis lors de cette formation restent la propriété de l'auteur, et ne peuvent être copiés sans autorisation de Mme BESCHIZZA.

Madame BESCHIZZA Sylvana, 1 Place Raymond Baurin, 77680 ROISSY EN BRIE-

Tél : 33 (0)629921024

@ : sylvanabeschizza@yahoo.fr

Siret:35302045600029 – Code APE : 8559A