

# Professionnel Petite enfance

<b>Témoignages</b> .....	<b>7</b>
<b>Préface de Catherine Gueguen</b> .....	<b>13</b>
<b>Introduction</b> .....	<b>17</b>
<b>Chapitre 1 : Comment se porte votre être ?</b> .....	<b>21</b>
1.1. Un questionnaire .....	21
1.2. Une définition .....	23
1.3. Votre moi profond .....	24
1.4. Quelques pistes pour prendre soin de votre soi.....	29
<b>Chapitre 2 : Où en êtes-vous avec les affects ?</b> .....	<b>33</b>
<b>Chapitre 3 : Comment se vit la communication en équipe ?</b> .....	<b>39</b>
3.1. La communication, une interaction .....	39
3.2. La dynamique relationnelle : les signes de reconnaissance .....	42
3.3. Les jeux psychologiques .....	45
3.4. Le triangle dramatique .....	49
3.5. Le triangle d'autonomie .....	52
3.6. Les messages contraignants .....	53
<b>Chapitre 4 : Comment développer la motivation ?</b> .....	<b>63</b>
<b>Chapitre 5 : Pourquoi s'enrichir, se nourrir ?</b> .....	<b>67</b>
<b>Chapitre 6 : Où en est votre estime de soi, votre confiance en soi ?</b> ....	<b>70</b>
6.1. La construction de l'estime de soi .....	71
6.2. La confiance en soi .....	72
6.3. Les positions de vie .....	74
6.4. Les croyances.....	76
<b>Chapitre 7 : Comment aborder la gestion du stress ?</b> .....	<b>78</b>
7.1. Nettoyer votre système vagal.....	79
7.2. EFT (Emotional-Freedom-Technique).....	81

<b><i>Chapitre 8 : Quelle organisation pédagogique promouvoir ?</i></b> .....	<b>83</b>
8.1. Le projet .....	85
<b><i>Conclusion</i></b> .....	<b>91</b>
<b><i>Postface de Danielle Rapoport</i></b> .....	<b>93</b>
<b><i>Bibliographie</i></b> .....	<b>95</b>