



## INFORMATIONS



MULHOUSE UP19

(Salle 03)



Début le mercredi 04 novembre 2026



DURÉE : 02:30

PROFILS : Intervenante

PRE REQUIS :

Pour les collégiens et les lycéens.

MATERIEL :

Aucun.

CODE ACTIVITÉ : 11MA1464

Prix : **19.00 €**

## DESCRIPTION

Cet atelier propose un temps de pause et de réflexion autour de la scolarité, lorsque celle-ci devient source de pression, de doute ou de découragement.

À travers des échanges, des supports ludiques et des mises en situation accessibles, les participants sont amenés à explorer ce qui pèse dans leur parcours scolaire : le regard des autres, la peur de l'échec, le sentiment de ne pas être à la hauteur ou de ne pas trouver sa place.

L'objectif n'est pas de "corriger" ou de donner des solutions toutes faites, mais d'aider chacun à mieux comprendre son fonctionnement, à mettre des mots sur ce qu'il vit et à desserrer progressivement l'étau pour retrouver de la clarté et de la marge de manœuvre dans sa scolarité.

L'atelier se déroule dans un cadre bienveillant, sans jugement, favorisant l'expression, la réflexion personnelle et la prise de recul.



## OBJECTIFS

Permettre aux participants de :

Identifier les freins liés au manque de confiance, d'estime de soi et au regard des autres.

Prendre du recul sur le rapport à l'école et aux attentes qui y sont associées.

Retrouver des repères pour se positionner plus sereinement dans leur parcours scolaire.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	04-11-2026	14:00	02:30	