

Invitation



LA CONFIANCE EN SOI

CONFÉRENCE
Jeudi 19 novembre 2015 à 18h30
ESPE
30, avenue Marcelin Berthelot
GRENOBLE
(Arrêts de tram : Mounier ou MC2)

« Un oiseau perché sur une branche n'est jamais effrayé par le fait que la branche puisse casser. Il n'a pas placé sa confiance dans la branche, mais dans ses propres ailes. Croyez en vous ! »

Fun Chang

La confiance en soi doit permettre avant tout de penser de façon autonome et d'agir plus librement. De quoi apporter aux relations avec les autres un caractère plus authentique et épanouissant, et une relation à soi rassurante et bienveillante. Mais qu'est-ce que la confiance en soi ? Sur quoi repose-t-elle ? Peut-on la développer à l'âge adulte ou ne s'acquiert-elle que dans l'enfance ? Comment la trouver, l'entretenir ?

Frédéric FANGET, psychiatre, psychothérapeute et enseignant à l'Université Lyon 1, propose de décrypter et de comprendre le mécanisme complexe de la confiance en soi et exposera les méthodes qui permettent de l'améliorer.

Nos échanges se poursuivront autour du verre de l'amitié.

Inscription dans la limite des places disponibles sur
www.maif.fr/evenementsmutualistes



assureur militant