

Cycle de formation Vivre et Grandir Ensemble®



Créé par
Catherine Dumonteil-Kremer,
Parentalité Créative®
Auteure de :
"Elever son enfant autrement"
Conférencière
Formatrice
Fondatrice de PEPS Magazine

UN PROGRAMME POUR TRANSMETTRE LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES AUX PARENTS

OBJECTIFS

Permettre aux parents de :

- S'approprier des outils d'écoute et d'affirmation de soi qui facilitent la communication et la gestion des conflits
- Mieux comprendre les comportements des enfants et équilibrer les besoins de chacun dans la famille
- Apprendre à décoder et à accueillir les émotions
- Savoir poser des limites claires et respectueuses
- Développer leurs compétences psychosociales et renforcer le lien parent-enfant

PUBLIC

Parents seuls ou en couple,
beaux-parents, grands-parents

MODALITÉS

Pédagogie active basée sur les dernières découvertes des neurosciences cognitives et affectives, alternance d'apports théoriques et d'outils pratiques. Durant la formation, les participants vivent et expérimentent des outils et pratiques afin de se les approprier et de les utiliser au quotidien. Formation en présentiel Groupe de 6 à 8 personnes 8 modules de 3h (24 heures)

TARIF/INSCRIPTION

Tarif : 15 euros le cycle grâce à la subvention de l'UDAF 92
Inscription par courrier à retourner à :
UDAF 92 - Service Institution madame
Camille Ragnaud 10 bis avenue du
Général Leclerc - 92210 Saint Cloud

Renseignement : camille.ragnaud@udaf92.fr

INTERVENANTE

Barbara Gosset, Consultante en
Parentalité, 06 17 84 40 41,
membre du réseau Parentalié Créative®



LIEU

Les mardis matins 10h00 - 13h00
UDAF 92 - Salle Pierre KOPP
10 bis avenue du Général Leclerc. 92210
Saint Cloud
Pas d'accès au parking de l'UDAF 92

ATELIER DÉCOUVERTE

Mardi 25 février 2020
10h-11h30

PROGRAMME

Atelier 1

Mardi 3 mars 2020.

L'écoute et le soutien.
Apprentissage et expérimentation des techniques d'écoute : les bienfaits de l'écoute sur la relation parent/enfant.

Atelier 2

Mardi 10 mars 2020.

Explorer les besoins physiologiques pour mieux se connaître. Exploration des besoins physiologiques et psycho-affectifs. Comprendre ce qui se passe lorsque les besoins ne sont pas comblés.

Atelier 3

Mardi 24 mars 2020.

Mettre la joie au centre de la vie de famille. Les nombreux bénéfices du jeu pour nourrir le lien parent/enfant et relâcher les tensions. Les différentes formes de jeu : jeu libre, jeu symbolique, jeu-écoute et jeux de société.

Atelier 4

Mardi 31 mars 2020.

Accompagner les pleurs et les colères. Décrypter certaines situations intenses, comprendre les processus émotionnels pour apprendre à décoder et accueillir pleurs, colères, crises de rage, peurs.

Atelier 5

Mardi 21 avril 2020.

Poser des limites à son enfant. Identifier les règles négociables et non négociables. Décoder les comportements inappropriés et partir à la recherche de ce qui se joue.

Atelier 6

Mardi 5 mai 2020.

Quand la colère nous emporte. Sensibiliser à la notion de mémoire traumatique. Apprendre à sentir les signes précurseurs de la colère, à explorer ce qui la déclenche, à retenir certaines réactions automatiques et disproportionnées.

Atelier 7

Mardi 19 mai 2020.

Comment les enfants apprennent ?
S'appuyer sur les dernières recherches en neurosciences pour accompagner et soutenir les apprentissages : fonctionnement du cerveau, effets du stress, conditions optimales, enthousiasme, motivation et engagement.

Atelier 8

Mardi 26 mai 2020.

Renaître à soi-même en accompagnant ses enfants. S'approprier ses nouvelles compétences parentales, utiliser ses ressources pour créer ses propres solutions et devenir le parent et l'adulte que l'on a envie d'être.

