

ATELIER STOP AUX CRISES !

Identifier les causes des comportements excessifs de nos enfants
Comprendre pour mieux répondre
Outils concrets faciles à mettre en place

Stop aux crises offre la possibilité de se libérer du schéma stress => crise => culpabilité / épuisement

Contenu

Informations sur :

- le développement de l'enfant et ses besoins naturels (à la lumière des progrès dans les neurosciences)
- les 2 besoins fondamentaux de l'être humain que sont l'attachement (le lien, la sécurité) et le pouvoir personnel (la liberté, le mouvement, la créativité)
- le mécanisme du stress
- l'approche empathique.

Observations et partage :

- nous observerons notre corps pour mieux observer celui de nos enfants
- nous apprendrons à décrire factuellement plutôt qu'interpréter de manière automatique
- nous réfléchirons ensemble et en petit groupe pour appréhender une grille de lecture des comportements de nos enfants.

Expérimentations d'outils et de jeux :

- de décharge pour libérer les tensions et le trop plein
- de "nourrissage relationnel" pour cultiver et réparer la confiance, la relation.

Organisation

Date et horaires :

Dimanche 22 octobre 2023 et dimanche 14 janvier 2024 de 10h - 18h

Pause méridienne de 1h. Possibilité de manger sur place. Proposition d'un repas partagé (repas canadien)

Pauses le matin et l'après-midi de 20 mn. Collations offertes

Tarifs : 150 CHF par personne / 200 CHF par couple parental

Participants : maximum 12 personnes / minimum 4 personnes de familles différentes

Lieux : Action Equilibre rue Hugo-de-Senger 10, 1205 Genève

Informations et inscription : Rachel Aubert rachel.aubert@lilo.org / +33(0) 607 49 51 08

Formatrice : Rachel Aubert - Educatrice de l'enfance – Coach consultante en parentalité et éducation – Animatrice des ateliers Filliozat – Praticienne en médecine traditionnelle chinoise

