

ETRE PARENT AUTREMENT

Apprentissage pour un nouvel échange 🗨️

Ecouter nos enfants 🦻 ,
Se faire entendre 🗣️,
S'entendre en s'écoutant 😊

Vous sentez-vous parfois désarmés face aux soucis que rencontrent vos enfants ?

Vous arrive-t-il d'exploser ... et de le regretter après ?

Vous arrive-t-il d'avoir l'impression de devoir répéter 10 fois la même chose ?

Pour développer des relations harmonieuses en famille...

Le Dr Thomas Gordon, psychologue américain, fut le premier il y a plus de 40 ans à concevoir un cours pratique pour que les parents et les enfants **s'écoutent et s'entendent** dans un **respect mutuel**.

Quels sont les besoins de mon enfant et quels sont mes besoins ? Comment trouver une solution satisfaisante pour chacun ? Comment amener mes enfants à changer certains comportements sans punition ? Comment les aider à assumer leurs responsabilités ?

Pour répondre à ces questions, il existe des outils simples et concrets permettant d'**accueillir** les émotions de vos enfants et mieux cerner leurs besoins (l'écoute active), d'**exprimer** vos propres besoins, vos attentes et vos ressentis (le message-je) , d'**échanger** pour résoudre les conflits en trouvant des **solutions** mises au point par vous **et** vos enfants.

Pour **accompagner vos enfants** dans la résolution de leurs problèmes tout en développant leur autonomie, **vous affirmer** et mettre des limites, **dire non** tout en enrichissant la relation, comprendre les **besoins** de chacun pour trouver des solutions.
Maman de 3 enfants et formée pour enseigner le programme « Parents efficaces », je vous propose un atelier découverte de 3h30 en petit groupe aux dates suivantes :

Dim 29 nov, 14 mars de 9h à 13h00, Sam 9 janv, 1^{er} mai de 14h à 18h00.

Les parents ayant déjà suivi nos ateliers et nos stages trouvent cette approche progressive très utile pour améliorer la communication avec leurs proches ; ils apprécient les exercices pratiques, les échanges avec d'autres parents et les jeux de rôle permettant de changer de position (enfant, parent, observateur). L'atelier pourra être suivi de stages (1 jour + 1 we) à la demande.

Le **tarif de l'atelier découverte** est de 30€ par personne et 50€ pour un couple.
Des **séances individuelles** sont possibles sur RV : prévoir une 1^{ère} séance d'1h30 pour 45€ .

Pour une question ou une demande de RV : 06 88 29 88 64 ou 02 97 44 57 55
Association Souffle et Mouvement - e-mail : cbriullecollas@wanadoo.fr

BULLETIN D'INSCRIPTION POUR UN ATELIER:

Nom(s) : _____ Prénom(s) : _____
Tél : _____ Portable : _____
Adresse : _____
C.P. : _____ Ville : _____ Email : _____

Je m'inscris à l'atelier du : Samedi 9 janvier 14h-18h00 Dimanche 14 mars 9h-13h00
Samedi 1er mai 14h-18h00

En individuel en couple

et je joins un acompte de 10€ à l'ordre de l'Association « Souffle et Mouvement » 14 rte de Plescop 56890 Meucon