



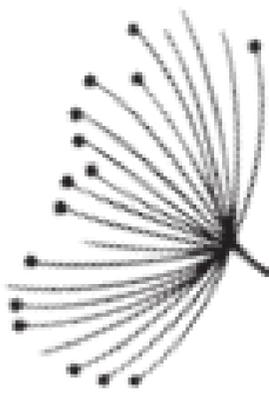
Ateliers Formations Conférences

Accompagner les enfants

de la petite enfance à l'âge adulte

Soutenir les adultes

parents et professionnels de l'enfance



ChristineKlein

Psychopraticienne & Sophrologue

Sommaire

Présentation

p-3 - 4 - 5

LES THEMATIQUES

Les émotions des enfants

p-6

Communication bienveillante

p-7

D'enfant à ado... la pré adolescence

p-8

L'adolescence

p-9

Stress parental, on en parle?

p-10

Le harcèlement scolaire

p-11

Les écrans

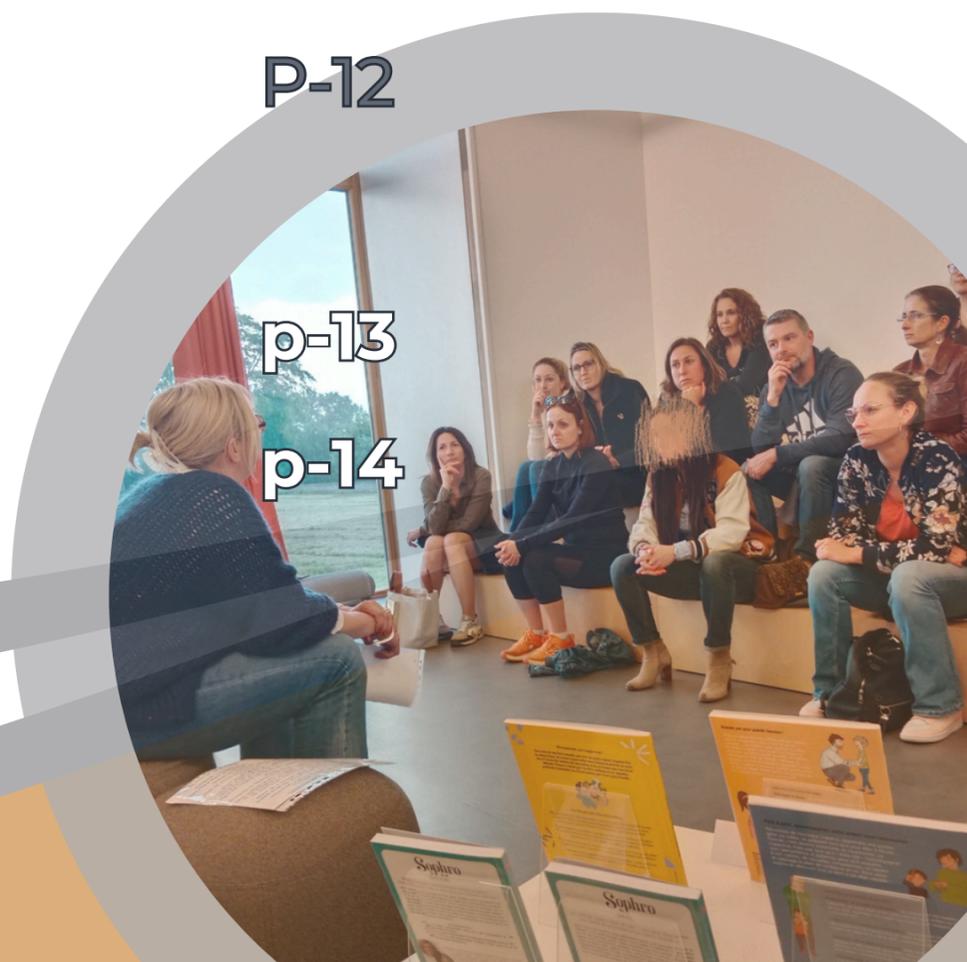
P-12

Ils nous ont fait confiance

p-13

Contact

p-14





Psychopraticienne en thérapie brève et systémique (Palo Alto) et **sophrologue** depuis plus de 20 ans, je travaille essentiellement autour de la **famille** et des **relations entre adultes et enfants/adolescents**.

J'accompagne au quotidien - au sein de mon cabinet et de diverses interventions- les souffrances de chacun: enfants, adolescents, adultes/parents mais aussi des professionnels qui travaillent avec les enfants.

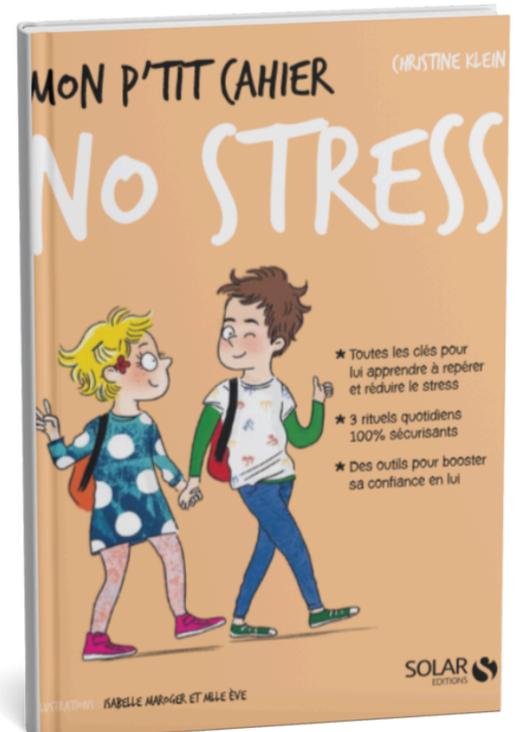
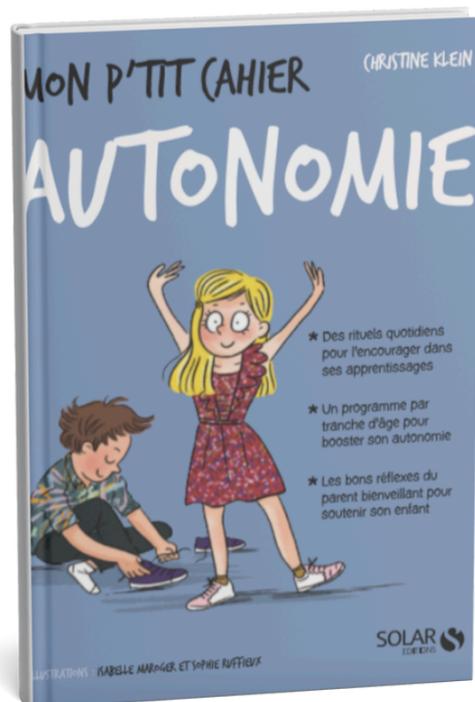
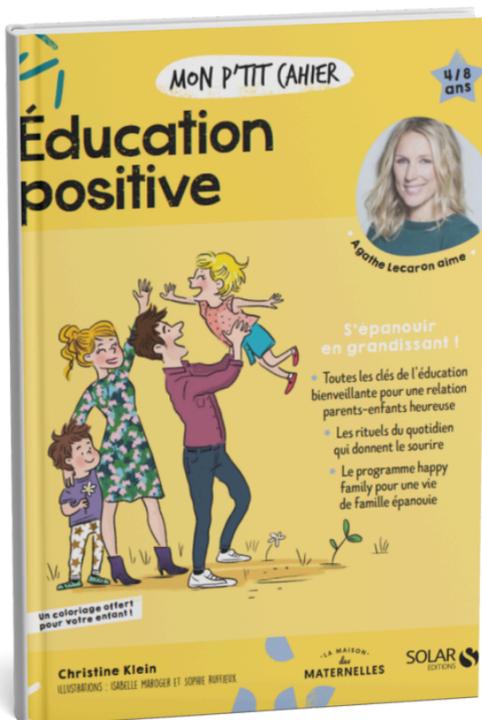
Des **thématiques récurrentes** émergent de ces difficultés, questionnements et situations de souffrance. Vous les retrouverez décrites à la suite. Elles peuvent être déclinées sous forme de **conférences , d'ateliers ou de formations**.

Partager...

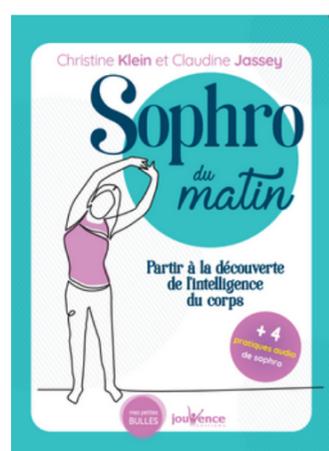
4

Je partage cette vision d'éducation respectueuse des enfants ET des parents/adultes par l'écriture, les conférences, ateliers et formations.

Collection *Mon p'tit cahier* aux Editions Solar



Ainsi que des ouvrages sur la sophrologie aux Editions Jouvence





Conférences - échanges



1h30 à 2h : un peu de théorie, beaucoup d'exemples et d'outils concrets, soutenus par la projection d'un diaporama. Des temps d'échanges et de questions dans une ambiance chaleureuse.



Ateliers

De 1h à une demie journée en petit groupe, pour des temps d'échanges, de réflexion, de soutien et des mises en pratiques: Atelier thématique, café parents, temps échanges avec les professionnels...



Formations

Durée modulable selon vos besoins avec des apports théoriques et pratiques, des mises en situation et des supports de formation dans un but professionnalisant
Organisme de formation déclaré à la DIRRECTE sous le n°84380787238

Les émotions des enfants

6

- Mieux comprendre les 4 grandes émotions (joie, tristesse, colère et peur) : leur sens et leurs effets ainsi que les besoins auxquels elles correspondent
- Découvrir les particularités du développement du cerveau de l'enfant en lien avec les émotions
- Prendre soin de soi en tant qu'adulte : la bienveillance doit commencer par soi
- Découvrir de nouvelles habiletés relationnelles pour accueillir les émotions des enfants par l'écoute et éviter quelques pièges relationnels

Thème qui peut être décliné
par tranche d'âges: petite
enfance, enfance,
adolescence



Communication bienveillante adulte/enfant

7

- Mieux comprendre les bases de communication bienveillante et leurs contextes d'application : écoute active, message d'affirmation de soi, gestion de conflits, message de valorisation
- Comprendre les particularités de la communication avec les enfants en fonction de leur âge
- Connaître et comprendre les écueils possibles de la communication bienveillante mal comprise pouvant conduire à l'épuisement des adultes qui s'occupent des enfants

Thème qui peut être décliné
à destination des parents ou
des professionnels



D'enfant à adolescent... la pré adolescence

8

- Mieux comprendre cette période d'entre deux dans la vie de nos enfants
- Faire le point sur nos émotions de parents, notamment les peurs du futur ou du danger
- Faire l'inventaire des situations délicates à cet âge (puberté, relations sociales, écrans, autonomie)
- Garder le lien en communiquant plus efficacement et en responsabilisant davantage pour guider vers plus d'autonomie



L'adolescence

9

- Mieux comprendre l'impact de notre vision de l'adolescence sur nos relations avec les ados
- Faire le point sur nos émotions de parents, pour favoriser l'autonomie et la responsabilisation de nos ados tout en les protégeant de manière proportionnée
- Faire l'inventaire des situations délicates à cet âge (puberté, relations sociales, écrans, amour)
- Garder le lien en communiquant plus efficacement et en responsabilisant davantage pour guider vers plus d'autonomie



Le stress parental, on en parle?

10

- Mieux comprendre le stress en général, et le stress parental en particulier
- Connaitre et comprendre la charge mentale et le burn out parental
- Découvrir et acquérir des outils de gestion du stress et des pistes de réflexion pour enrayer les cercles vicieux relationnels en famille

Thème qui peut être décliné
pour les professionnels
/soignants

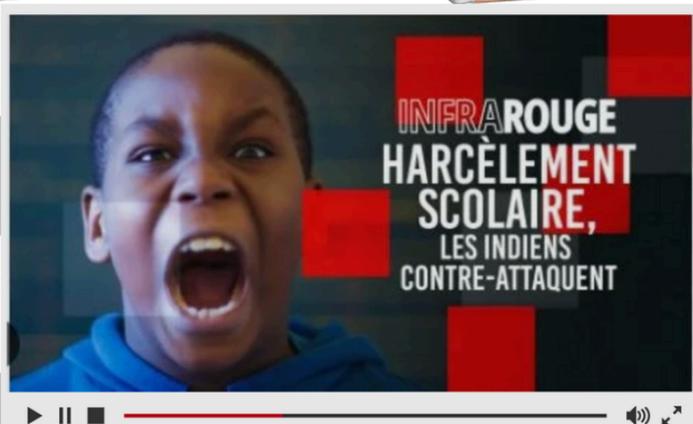
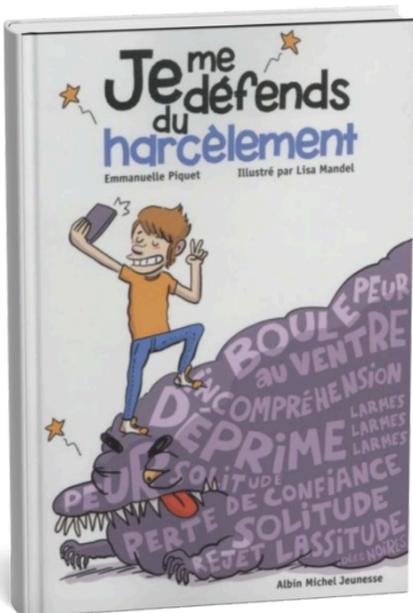


Le harcèlement scolaire

11

- Comprendre le harcèlement scolaire : ses origines et mécanismes, côté harcelé et côté harceleur
- Evaluer l'efficacité et les risques de faire intervenir les adultes en fonction de l'âge des enfants
- Avoir des pistes pour outiller les enfants harcelés à devenir acteurs du changement

Selon la vision d'Emmanuelle Piquet, psychopraticienne Palo Alto élevée au grade de Chevalier dans l'Ordre du mérite par Jean Michel Blanquer en 2019 pour son travail sur le harcèlement (retracé dans le documentaire "Les indiens contre attaquent" et dans ses 10 ouvrages)



Les écrans

12

- Comprendre pourquoi les écrans sont un sujet si compliqué à notre époque et ce que les jeunes trouvent sur les réseaux
- Faire le point sur les peurs parentales face aux risques réellement encourus par les jeunes
- Explorer des pistes relationnelles pour éviter que les choses ne s'aggravent
- Réfléchir à des actions concrètes et plus "écologiques" pour la santé mentale des parents pour poser un cadre et des limites.





Contact

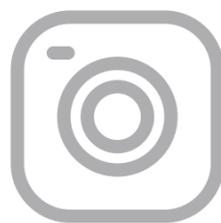
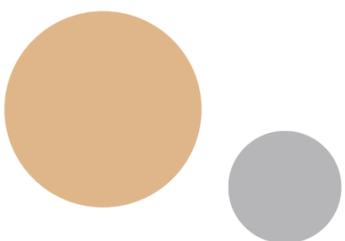
Ces thématiques peuvent être déclinées selon vos besoins. Nous pouvons réfléchir à d'autres sujets. Parlons de votre projet!

15 rue des tulipiers
38280 VILLETTE D'ANTHON

ck-sophrologue@outlook.fr

06 74 10 14 16

www.christine-klein.fr



Christine Klein Psychopraticienne & Sophrologue



Ils m'ont fait confiance

