

# Ateliers, coaching & formations

Ecoute&Dire propose des ateliers pour les parents, du coaching pour les adolescents et des formations pour les professionnels de l'enfance.



## ATELIERS POUR LES PARENTS



Trois ateliers sont  
proposés aux parents  
(chaque atelier comprend  
7 rencontres)

2 nouveaux ateliers  
en 4 rencontres

### 01. L'atelier petite enfance destiné aux parents des 0-5 ans:

« Les mots qui font grandir les enfants, les parents et la relation »

- Prendre conscience des ses atouts en tant que parent pour aborder son rôle de parents avec confiance.
- Appréhender l'enfant autrement. Comprendre les étapes clés de la petite enfance, par le biais de supports accessibles et ludiques. Accéder ainsi aux dernières découvertes et théories sur le développement du jeune enfant.
- Définir et mettre en place, avec bienveillance, un cadre qui encourage l'enfant à se sentir responsable – aborder les conséquences éducatives.
- L'accompagner dans ses moments difficiles (colères, frustrations, opposition) et favoriser son apprentissage émotionnel.
- Tisser avec lui une relation basée sur la confiance et le respect mutuel.
- Susciter l'estime de soi des enfants, en favorisant notamment leur autonomie, leur sentiment de sécurité, ainsi qu'une vision juste et bienveillante d'eux mêmes.

### 02. L'atelier O.S.E.R. destiné aux parents des 6-12 ans :

Des « Outils pour Saisir les Enjeux de la Relation » entre parent et enfant.

Ce module permet d'instaurer, restaurer ou renforcer un climat de communication bienveillante dans la famille. Il permet également de dénouer une grande partie des « nœuds » rencontrés par les parents au quotidien.

- Planter le décor. Pourquoi est-ce parfois si difficile entre parent et enfant?
- Décrire les émotions. Quand les émotions sont là, pour les parents et les enfants.
- Décrire les comportements. Des mots pour dire ce qui va et ce qui ne va pas.
- Définir son autorité. Poser un cadre dans la bienveillance.
- Définir les conséquences éducatives comme alternative à la punition.
- Déléguer pour plus d'autonomie.
- Différer pour développer un cerveau qui mène vers l'autodiscipline.

### 03. L'atelier Com'@dos pour les parents d'ados :

« L'adolescence, choisissez vos batailles ».

- Le rôle du parent d'ado et les spécificités de l'adolescence
- Les émotions et l'empathie
- L'autorité à l'adolescence
- Les notions de punitions, de conséquences éducatives, de transgressions et prises de risques
- Susciter la coopération
- L'estime de soi, une protection
- Favoriser le lien

---

#### NOUVEAU POUR LES PARENTS

---

Deux ateliers en 4 rencontres à travers les différentes tranches d'âge :

- Jalousie, conflits et rivalités dans la fratrie... Un mal nécessaire ?
  - Comment notre communication peut susciter la motivation et l'autonomie face aux apprentissages?
- 

#### COACHING POUR ADOLESCENTS



Coaching scolaire  
et de jeunes

### 01. Coaching individuel pour ados

Le coaching individuel propose d'accompagner le jeune vers le changement par rapport à un comportement, à une situation qui ne lui convient plus.

L'objectif étant d'amener le jeune à trouver des solutions personnelles pour :

- Développer une méthode de travail, trouver du sens à l'école, analyser la démotivation, trouver sa technique de mémorisation et d'organisation en fonction de son profil, gérer son temps.
- Améliorer la confiance en soi, apprendre à gérer son stress.
- Apprendre à gérer ses relations avec les autres (copains, profs, parents), détecter les premiers signes du harcèlement scolaire, réagir aux moqueries dans la cour de récréation ou sur les réseaux sociaux et mettre en place des stratégies nouvelles.
- Trouver une orientation, découvrir son profil et ses valeurs, construire un parcours, analyser ses échecs, prendre conscience de ses qualités...

### 02. Coaching en groupe (max 8 jeunes) - Atelier en 3 jours

- « Méthodo Ados »
- « Orientation jeunes »

## FORMATIONS POUR PROFESSIONNELS



Des formations proposées également sur le lieu de travail

### 01. Formations pour les professionnels de la petite enfance : « Les mots qui font grandir les adultes et la relation ».

Quatre modules indépendants leur sont proposés :

- 1) Comprendre et apprivoiser les émotions
- 2) Donner un cadre solide et sécurisant
- 3) Favoriser les trois piliers de l'estime de soi
- 4) L'importance du Trio parents- enfants- professionnels.

### 02. Formations pour les professionnels de l'enseignement : « O.S.E.R. entre enseignants et élèves ».

Des Outils pour Saisir les Enjeux de la Relation :

- 1) Communication bienveillante et neurosciences au service des professionnels de l'éducation.
- 2) Donner un cadre solide et sécurisant pour favoriser les apprentissages
- 3) Estime de soi et motivation
- 4) Communication dans le Trio « parents- profs -élèves »

**l'Atelier™**  
des Pros  
La bienveillance attitude

## CONFERENCES

Ecoute&Dire, ce sont aussi des conférences.  
Parmi d'autres thématiques abordées :

- Les mots qui font grandir, les enfants, les parents et la relation
- Comprendre et réagir face aux peurs, frustrations et colères des jeunes enfants.
- Communiquons autrement avec nos enfants pour une meilleure relation au quotidien.
- Jalousie et rivalité entre enfants : un mal nécessaire.
- L'estime de soi, un super pouvoir pour bien grandir : Comment favoriser l'autonomie des enfants – comment les complimenter et critiquer avec bienveillance – comment leur permettre de se sentir aimés, acceptés.
- Savoir dire OUI, oser dire NON, et ne pas le regretter : poser un cadre avec bienveillance – trouver des alternatives efficaces à la punition.
- Les sujets qui fâchent : devoirs, motivation et comportements difficiles. Comment la communication peut bloquer les apprentissages à la maison et à l'école.
- Favoriser la communication dans le trio parents-enfants-professionnels.
- ...

  
**Ecoute & dire**  
COMMUNIQUONS AUTREMENT