



## Communication PARENTS- ENFANTS :



### COACHING PARENTAL

**Les neurosciences et la communication humaniste au service du dialogue efficace avec l'enfant de 2 à 10 ans.**

**Des outils de dialogue pour :**

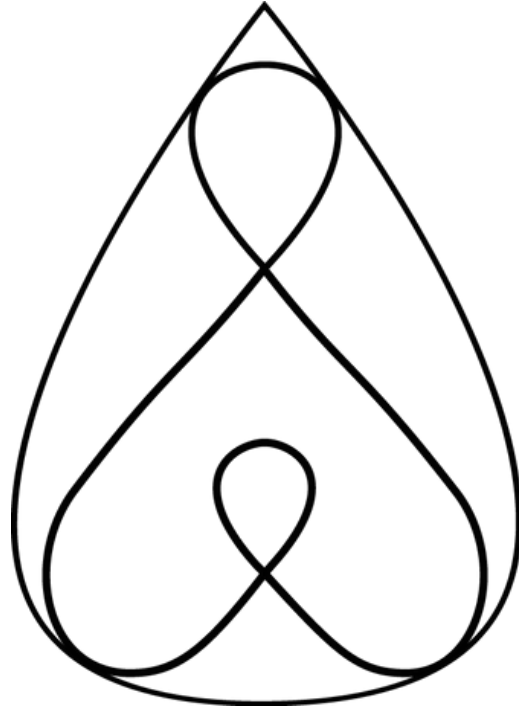
- **Aider l'enfant avec une problématique.**
- **Aider les parents.**
- **Eviter la crise.**
- **Traverser la crise.**

**Delphine PAYERNE**



Formatrice ,Communication humaniste dédiée à la parentalité..

# A QUI S'ADRESSE CET ACCOMPAGNEMENT?



Aux parents qui souhaitent s'engager

- > dans un cheminement de compréhension des processus en cours chez leurs enfants
- > à améliorer la relation avec leurs enfants
- > à appliquer des outils et astuces relationnelles qui aident l'enfant
- > à mettre en pratique des approches visant à repositionner le schéma éducatif pour aider leurs enfants.



**2 à 10 ans :**

**ENFANTS :**

"Je veux faire ce que je veux ".

Découverte du monde extérieur progressive.

Acquisitions permanentes et déclencheuses de ressentis inconnus  
et parfois inconfortables : les émotions .

Envie d'être aidés par les parents.

**PARENTS**

"Tu vas faire ce que je dis ! " ... Comment faire .. Comment dire ?

Envie d'aider son enfant

Fatigue, colère, impuissance, ras le bol, difficulté à dire non,  
impatience, perplexité.

**BESOIN D'OUTILS D'AIDE FACE AUX EMOTIONS ET COMPORTEMENTS**

**Et si vous en profitez pour comprendre les enfants et  
Etre aidés vous mêmes pour les accompagner ?**

**"Comment parler pour que les enfants écoutent et  
pour que les enfants s'épanouissent ?**

**... et que nous aussi parents on s'épanouissent dans cette  
relation!**



# Formation parentale : traverser la crise relationnelle ou aider son enfant à sortir d'une difficulté ?.

Certifié



## Thèmes enseignés :

**Formation complète : 2h par mois, chaque 15aine, pendant 3 mois**

**thème 1** > comment faire avec les émotions négatives? qu'est ce qu'une émotion ? neurosciences et émotions,

Parfois nous croyons accueillir l'émotion de notre enfant alors que nous ne posons pas les mots qui calment.

**thème 2** > Pourquoi l'enfant ne coopère pas ou plus + outils de coopération.

**Thème 3** > Faut-il punir ou responsabiliser ? Comment responsabiliser l'enfant sans sentiment de vengeance ou de volonté de contrôler l'enfant par peur de son devenir ? Savoir poser un cadre fort et sécurisant.

**Thème 4** > Pourquoi parfois nos paroles ne favorisent pas l'envie de devenir autonome ou l'empêchent ? > outils d'autonomie.

**Thème 5** > Comment aider l'enfant à se construire une bonne image de lui même et ne pas perdre sa confiance acquise, Comment l'accompagner dans ses émotions pour l'aider à identifier ses compétences et renforcer son estime de lui même. Colère, peur, tristesse, gêne, honte, ras le bol sont des sentiments légitimes.

**Thème 6** > Comment aider l'enfant et l'adolescent à sortir d'un rôle et d'un comportement jugé négatif ( lent, maladroite, insolent, peureux, colérique, timide, peu confiante, introverti, égoïste etc...)

## Tarifs :

**70 € pour deux (duo parental soit 35€ par parent)**

**420 € Tous les thèmes (recommandé) ou :**

**70 € par thème , avec le thème 1 obligatoire**

ETRE PARENTS CA S'APPREND ?

L'AMOUR EST AUSSI UNE COMPETENCE ?

Oui et il n'y a aucune honte à chercher à l'acquérir.



AU CONTRAIRE ...  
**CA FAIT DU BIEN !**

**Il s'agit d'offrir une rencontre formative agréable, sympathique, ludique et guidée, autour de thèmes** fondamentaux de l'éducation humaniste, c'est à dire des habiletés de communication qui vont favoriser **un lien de confiance enfants/adultes : pour être entendu de notre enfant, ce lien de confiance est la base** de toute réussite d'accueil des processus en cours chez notre enfant,

La crise du passage de l'enfant vers sa capacité à s'exprimer et comprendre ce qui se passe en lui commence vers 2 ans par des agacements, peurs, honte, gênes, complexes incompréhensions etc... tout à fait légitimes. Si ces émotions ne sont ni exprimées, ni repérées, ni acceptées ni accompagnées, elles peuvent alors se transformer en colère ou anxiété et angoisses à l'adolescence et c'est ça la CRISE.

L'enfant à besoin d'être vu dans ses émotions, de ne pas se sentir rejeté dans ses vécus tout autant qu'il a besoin d'un cadre fort et sécurisant.

Cela demande des compétences parentales qui s'apprennent si elles ne sont pas naturelles ou transmises dans notre propre éducation. Cette formation transmet ces approches éducatives relationnelles aidantes.

Si l'enfant suit une psychothérapie : l'acquisition de compétences relationnelles parentales, accélère grandement l'amélioration de sa situation et soutient fortement son process.

Le programme s'adresse aux parents d'enfants de 2 à 10 ans désirant acquérir des outils d'accompagnement de l'enfant avant l'adolescence et aux parents d'ado (en crise) désirants apaiser les tensions familiales.

La pédagogie de ce coaching passe par l'approche phénoménologique (observation des manifestations physiques, émotionnelles, réactionnelles) . Elle s'appuie sur l'observation par le formateur, des propres réactions du parent, pour mieux comprendre le comportement de l'enfant. Elle aide aux changements de posture parentale pour mettre en lumière les nouveaux outils de communication à mettre en place.

Aider l'enfant et s'entraider mutuellement.

Oui, L'enfant en difficulté vous aide aussi à vous entendre bien avec vous même. et votre conjoint(e).avec les bons outils relationnels.

J'ai hâte de vous transmettre ces habiletés de communication envers les enfants.





# CURRICULUM VITAE DU PRESTATAIRE

## Formation Initiale

1990-1994 - **ESSEC BBA PARIS** - Diplôme de Management International

1994-2014 - Salariée - > Montée en poste de Commerciale à Responsable Clientèle & Stratégie au sein des entreprises Mazarine Consultant - Offersop - Larivière Organisation - Agence Idéactif - AbsolutLive.

De 2001 à 2008 : Formations de reconversion professionnelle en parallèle de mes postes salariés + Démarrage des groupes d'aide à la parentalité Méthode Faber & Mazlish

2008 Poste à mi-temps chez ABSOLUTLIVE - Ouverture d'un cabinet privé de consultations et missions activité de sophrologue et formatrice en communication efficace en entreprises, en institutions.

Depuis 2011 : fin du salariat > Auto-Entrepreneur - 2014 : Création de l'**Organisme de Formation** Delphine Payerne sur les modules Gestion du Stress & Communication Efficace au service de la Profession, l'Education et la Parentalité - **ouverture du cabinet de consultation d'Accompagnement PARENTS - ENFANTS.**

2019 : Certification label qualité DATADOC du catalogue de formations de l'Organisme de formation Delphine Payerne

## Formations Complémentaires

### **Formation Sophrologie Caycédienne 2001-2005 - branche Prévention des Risques Psychosociaux**

Diplômée Master Spécialiste par le Professeur et Psychiatre A.Caycêdo, créateur de la sophrologie en 1960. Pratique en cabinet en séances individuelles et en groupe en institutions scolaires & organismes d'insertion sociale.

### **Formation Mindfull Based Stress Réduction MBSR - Euthymia Stéphane Faure Bordeaux**

Suivi du programme de Pleine Conscience en vue d'en comparer l'utilité par rapport à l'approche en sophrologie et dans le cadre de la gestion du Stress. parental et chez les enfants.

### **Communication Efficace Méthode Faber & Mazlish**

Titre d'animatrice et formatrice - formée par Roselyne Roy "Relations + au Québec" et par Sophie Benkemoun Médecin du travail et fondatrice de "L'Atelier des parents" et "Les mots pour grandir",

### **Formarep Suisse - « Pour un accompagnement conscient des enfants ».**

Suivi du module dans le cadre de la formation continue et suite du programme Réconciliation avec soi même et son enfant..

### **Diplômée en Hypnose Ericsonnienne Périnatale - Méthode Hypnonatal - 2017.**

Formée par LISE BARTOLI Hypno-thérapeute et psychologue clinicienne spécialiste de la grossesse en milieu hospitalier.

# FINANCEURS FORMATIONS ET REFERENCES PROFESSIONNALITE EDUCATIVE EN STRUCTURE -

## **EFREI - Ecole d'Ingénieurs Bordeaux - ISIT Panthéon Assas Masters en Relations Internationales, C**

Employeurs depuis 2021.

Coach estime de soi et prise de parole des étudiants + enseignante softs skills

## **Lycée St JOSEPH Apprentis d'AUTEUIL - employeur depuis 2017**

Accompagnement des élèves vers la progression scolaire et relationnelle face à l'apprentissage,- coaching de confiance en soi de l'élève - formation des enseignants aux approches relationnelles. Actions aux résultats très significatifs sur l'épanouissement des élèves, leur lien confiant aux enseignants formés (podcast Radio France disponible sur demande)..

## **RESEAU GIRONDIN PETITE ENFANCE (RGPE). OF employeur depuis 2014**

Formatrice et conférencière sur trois modules IPERIA "ADAPTER SA COMMUNICATION A L'ENFANT "GESTION DU STRESS ET RELAXATION" "PRENDRE SOIN DE SOI POUR PRENDRE SOIN DES AUTRES" .

Structures formées : Ram Bouliac, Ram Artigues, Ram St Médard en Jalles, Ram Villenave d'Ornon, Ram St Eulalie, Fcpe Bouliac, Les couleurs du jeu à Canejan, Multi accueil Castillon Pujol, Point Relais Enfance St Médard en J., Ram Bordeaux Centre, ram Blanquefort, ram Canejan , Ram Cestas, Ram St Jean d'Ilac, Multi-accueil "Carriet" Petite Enfance Cenon-Lormont , Multi accueil Gradignan, Ram Le Haillan, Ram le Taillan Médoc, Ram Mios, Ram Bordeaux Maritime, crèche Badaboum Mérignac etc...

## **ANPDE Association Nationale des Puéricultrices(teurs) Diplômé(e)s et des Etudiants (ANPDE); OF employeur depuis 2019.** Formation bi-annuelle : "Comment parler pour que les enfants écoutent

## **Fondations : Auteuil- France + Conseils Régionaux - Fond Social Européen-DASCO-Foyer des établissements - Budgets internes Lycée et Maisons des Lycéens. Mandataires de 2008 à 2016.**

Collèges et lycées Paris et Bordeaux: Lucie Faure Lycée Turquetil Lycée Rodin Collège Baudelaire Collège Verlaine Collège Collège Hébert Ecole Travail Lycée Victor Louis Erea Alexandre Dumas Lycée des Menuts Collège Manon Cormier Bassens Collège François Mauriac, Collège St Joseph Blanquefort

Actions depuis 2011 : conférences , formation des enseignants, médiation enseignants:élèves, formation "Comment parler pour que les élèves écoutent et apprennent, formation des enseignants à la relaxation sophrologique au service de la concentration scolaire, , séances de sophrologie en classe relais lutte contre le décrochage scolaire, ateliers de sophrologie axés sur les ressources et la gestion du stress pour les étudiants en préparation du baccalauréat et des étudiants en prépa grands écoles, apprentissage de l'écoute de soi et de l'autre en lycée prévention des conflits e

## **Collectivités territoriales et Mairies pour Formation des agents petite enfance ou conférences ou ateliers parents et professionnels sur le thème de l'épanouissement de l'enfant et l'écoute - de 2011 à 2017 - demandes continues de formation depuis 2014.**

Paris - Bordeaux - Bassens - Andernos - Villenave D'ornon - Le Bouscat- St Jean d'Ilac- Centre Socio-culturel Daniel Mitterrand Ambarès - St Médard en Jalles- Union St Jean Bordeaux - Carbon Blanc - Crèche Croqu'île Mérignac, CDC Médullienne Castelneau, Castelneau de Médoc, CDC Montesquieu Martillac, St Aubin du Médoc, - Villenave d'Ornon - Léognan - Blanquefort - St Michel sur Orge (g1) etc...

## **Arqc Cenon & Maisons Départementales de la Solidarité et l'insertion de Bordeaux O.F employeur depuis 2012. - formations annuelle .**

Financeurs et partenaires de la formation tri-annuelle "Mieux se dire et mieux se vivre - confiance en Soi " au sein des MDSI partenaires

## **ISFEC - FORMIRIS .OF POUR ENSEIGNANTS :**

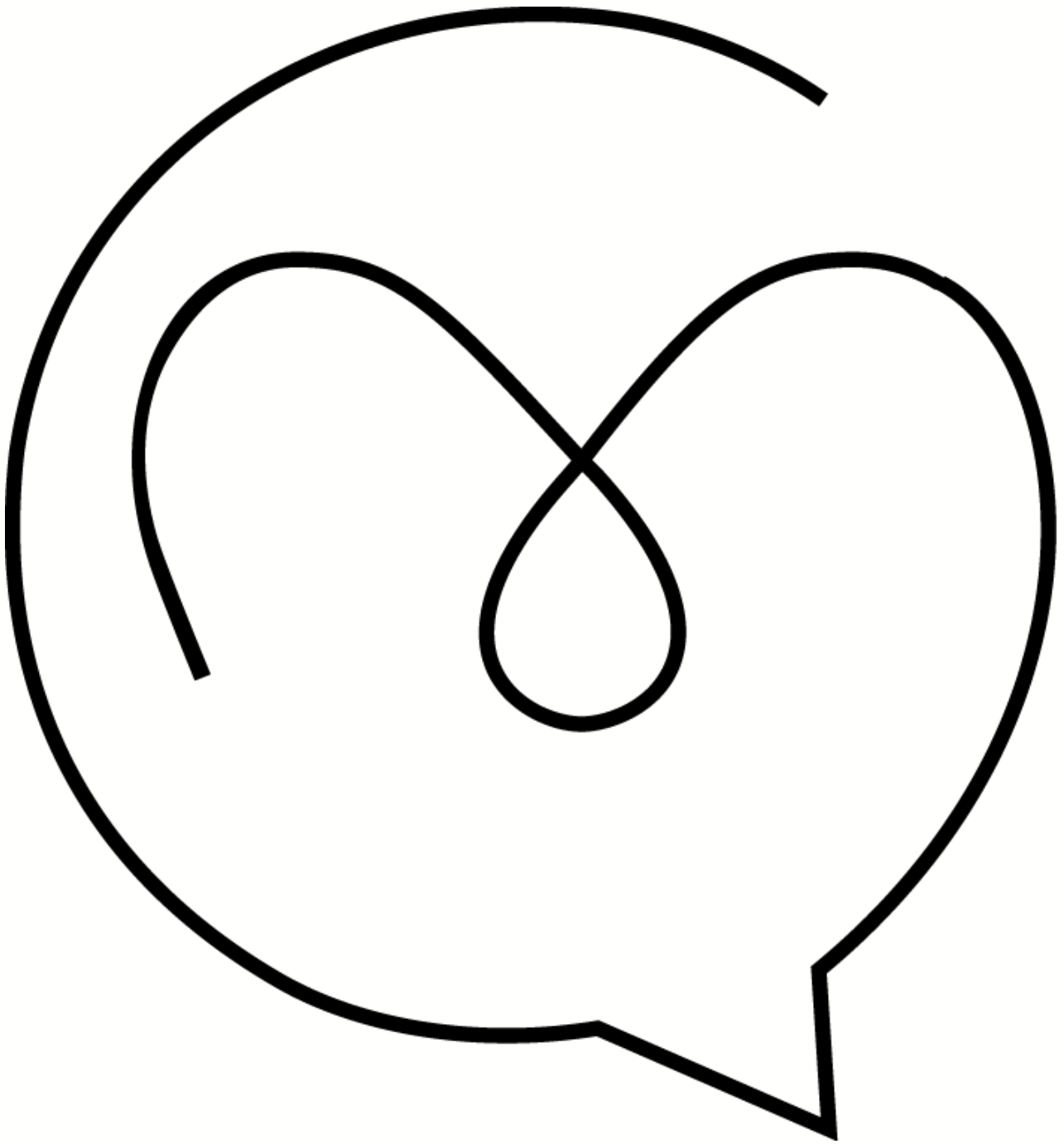
formation "gestion du climat de la classe et des conflits" et Comment parler pour que les élèves apprennent?.

## **Entreprises via Fasna - O.F employeur depuis 2012**

formatrice sur plusieurs modules annuels (Gestion du stress, Communication d'équipe, Favoriser l'engagement du salarié, Outils de médiation au service du management, Ecoute de Soi Ecoute de L'Autre en milieu professionnel" "L'Ecoute dans la posture d'Encadrant" . Formations sur mesure destinées à toutes les structures et entreprises adhérentes à la FASNA.

## **Entreprises hors adhérents FASNA : LEASPLAN en 2020 - La POste en 2021**

Atelier "Respiration-Relaxation-Communication" pendant les pauses des séminaires et en vue d'apprendre à l'équipe à communiquer avec respect, entraide et osons le dire ... Bienveillance !



**Merci pour cette consultation de mes champs de compétences en coaching individuel ou formation continue pour adultes en structure.**

**A bientôt !**

**Delphine Payerne**  
relation.delphinep@gmail.com