

PROGRAMME DE FORMATION
POUR LES PARENTS

TRAITER LES TRACAS ET
PETITS TRAUMATISMES DE
LA VIE DE SON ENFANT

à la
maison



L'institut de
l'esprit libre

Informations pratiques



Objectif :

Maîtriser un outil simple et chaleureux issu des méthodologies les plus efficaces (EMDR, ICV, scénarios réparateurs) pour traiter les petits tracas et traumatismes de la vie de son enfant à la maison.

Comment :

Une alternance permanente entre des enseignements, des exercices pratiques, et des temps d'échange.

Les en + :

Prendre soin de soi tout en apprenant.

Lieu : Nîmes (Gard)

Durée : 2 jours - 14 heures

Pré-requis : être parent d'un enfant entre 3 et 18 ans

Prix : 290 euros

Bonus : Accès 1 an au Camp des Régulateurs Émotionnels

Inscriptions : <https://www.institutespritlibre.com/>

S'inscrire

1 Jour 1 : Les neurosciences au service des enfants et de leurs parents



Accueil

Les petits tracas et traumatismes de la vie d'un enfant.

Être parent à l'époque où on sait traiter le trauma

Ce qu'on peut faire à la maison et quand consulter?

Le traumatisme et ses conséquences chez l'enfant

Les neurosciences à la rescousse :

- potentialisation à long terme et dépression à long terme
- le circuit de l'information potentialisée

Objectif : dépotentialisation!

- les souvenirs sont labiles et peuvent être dépotentialisés
- les 4 piliers

La théorie polyvagale pour accompagner la sortie du trauma chez son enfant:

L'ici et maintenant au secours du passé

Le pouvoir du temps qui passe

Le protocole "revue de la vie entière"

Exercices pratiques par groupe de 2

Débriefing

2 Jour 2 : Accompagner son enfant à s'aider lui-même



Accueil

Focus sur la "reconsolidation de la mémoire" et la réparation des expériences difficiles de la vie.

Être informé de la dissociation structurelle de la personnalité

Accompagner son enfant à s'aider lui-même

Les applications (peurs nocturnes, fratrie qui s'agrandie, appréhensions suite à une expérience négative marquante....)

Focus sur le lieu de sécurité et de jeu

Le protocole "fastoche" pour sortir de là

Le protocole "à la rescousse" pour réparer

Exercices pratiques par groupes de 2

Débriefing

Des outils faciles de gestion émotionnelle pour soi et son enfant (la cohérence cardiaque, la pleine conscience, TIPI)

Échange libre

Clôture

Pourquoi cette formation?

Cette formation est issue d'un constat maintes fois répété : Les parents sont les mieux placés pour soutenir la vie émotionnelle de leur enfant. Ils sont en première ligne des événements de la vie et la chaleur de leur amour est bien souvent le meilleur des remèdes aux tracas et petits traumatismes de la vie humaine.

Les progrès en neurosciences ont permis de mettre en évidence des méthodes de traitement simples et très efficaces. Si elles sont appliquées en première intention par les parents, cela permet d'éviter aux enfants nombre de petits enkystements traumatiques. Ils peuvent grandir plus sereinement et confiants. Ils sont plus disponibles aux apprentissages de la vie. Le lien de confiance parent enfant et la proximité émotionnelle entre les parents et les enfants en est augmentée. Et cela fait du bien à toute la famille.

En tant que parents, vous avez tout ce qu'il faut en vous pour accompagner la vie émotionnelle de votre enfant!

Céline STEHLIN ALLIROL, psychologue clinicienne

S'inscrire



**L'institut de
l'esprit libre**

L'institut de l'Esprit Libre soutient la diffusion de pratiques de traitement humaniste du trauma qui respectent et s'appuient sur les capacités d'auto-direction humaines.

*« Avec nos formations, vous devenez de plus en plus vous-même.
Humainement et comme thérapeute. »*

PENDANT CE TEMPS LÀ... ATELIER À MÉDIATION ARTISTIQUE SUR 2 JOURS POUR VOS ENFANTS



Cette formation est proposée en parallèle d'ateliers pour vos enfants, conçus pour être complémentaires. Ils sont proposés par **Maud LEBAYLE**, psychologue clinicienne. Ils se déroulent sur le même lieu. Votre enfant et vous êtes une équipe. Nous pouvons former votre équipe!

Objectifs :

Identifier et apprivoiser ses émotions.

Stimuler la créativité et l'estime de soi par l'imaginaire.

Apprendre en s'amusant plein d'outils issus des thérapies cognitives et comportementales pour toute la vie.

Les en + :

Fabriquer une représentation de son lieu de sécurité et de jeu. Identifier et y placer ses ressources.

Pour qui ?

Enfants de 6 à 12 ans

Prix:

140 euros

Inscrire mon enfant