

Christel Demey

Formations

pour les parents et professionnels



Christel Demey

Consultations psycho-affectives, individuelles ou
familiales et graphothérapies à La Hulpe,

Clos du champ aux Anes 8,
1310 La Hulpe

0493/78.18.58
christel.demey@yahoo.fr

Projets de formation

Sécurité affective	3
Les schémas de pensée	4
Le trouble du comportement TDAH	5
L'estime de soi chez l'enfant / l'adolescent	6
Le stress chez l'enfant / l'adolescent	7
La qualité de la relation entre le prof & l'élève, la communication avec les parents	8
La discipline positive	9
Gestion du stress dans son cadre professionnel	10

Sécurité affective

« Comprendre l'importance de l'attachement dans la vie d'un jeune enfant et par la suite au cours de sa vie »

Compréhension et prévention

Public cible : Professeurs et membres du personnel scolaire / parents

Période à définir, ½ journée
Max.10 à 15 participants

CONTEXTE

Les difficultés d'attachement sont importantes à détecter au plus tôt. Elles peuvent avoir un impact sur la vie entière d'une personne.

Différents profils d'attachements ont été identifiés : sécure, insécure et désorganisé. A chaque type d'attachement, se retrouve un profil d'enfants et un type d'interaction spécifique.

Les problèmes d'attachement peuvent se manifester de manière variable, mais certains signes sont relativement courants chez l'enfant. Ceux-ci peuvent alerter les professionnels et orienter leur réponse avec l'enfant et sa famille.

OBJECTIFS

- Connaître la réalité des difficultés d'attachement et l'importance du tissage d'un lien de qualité.
- Concevoir que certaines attitudes peuvent être aidantes et soutenantes et que d'autres peuvent entraver le développement des enfants.
- Comment répondre au besoin d'affection avec la juste distance ?
- Comment tenir bon dans une relation sans cesse testée ?
- Comment ne se laisser entraîner par les émotions affectueuses ou au contraire agressives ? Que peut-on dire aux parents ? Que peut-on dire à l'enfant ?

PEDAGOGIE

Présentation Powerpoint.
Exposé théorique.

Présentation vidéo.
Discussions, débats, échange d'expériences.

Les schémas de pensée

« Comprendre le rôle joué par les schémas de pensée dans l'environnement professionnel et dans son fonctionnement personnel et relationnel »

Compréhension et introspection

Public cible : Professeurs et membres du personnel scolaire / parents

Période à définir, ½ journée
Max.10 à 15 participants

CONTEXTE

A-t-on parfois l'impression que nos proches ne nous aiment pas suffisamment ou ne nous comprennent pas autant que nous le souhaiterions? Éprouvons-nous un sentiment d'imperfection? Pensons-nous que l'on ne pourrait pas nous accepter tel que nous sommes si l'on nous connaissait vraiment?

Si vous vous reconnaissez dans ces questions, c'est que peut-être vous êtes sous l'emprise d'un schéma qui entraîne le développement de conduites inappropriées.

Les schémas s'enracinent dans l'enfance. Ils influencent toute notre vie. Les difficultés liées aux schémas se répètent tout au long de la vie et retentissent dans les sphères professionnelles, relationnelles ou familiales.

L'approche centrée sur les schémas consiste en une exploration de l'origine des problèmes survenus durant l'enfance et l'adolescence. Certains contextes favorisent l'activation d'un schéma. La réactivation des schémas est une expérience en général désagréable, mais intéressante à reconnaître pour mieux combattre.

OBJECTIFS

- Concevoir la relation entre les sentiments, les émotions et les croyances inconscientes sur soi-même et sur son environnement.
- Identifier ses propres mécanismes de pensée et les relier à ses comportements.
- Mieux comprendre l'enfant et l'adolescent à travers les processus cognitifs et émotionnels qu'il met en œuvre et ses comportements.

PEDAGOGIE

Présentation Powerpoint.
Exposé théorique.

Cas pratiques.

Le trouble du comportement TDAH

« Le trouble du comportement TDAH »

Compréhension et Prévention

Public cible : Professeurs et membres du personnel scolaire / parents

Période à définir, ½ journée
Max.10 à 15 participants

CONTEXTE

Le Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDA/H) touche 3 à 5 % des enfants d'âge scolaire. Les enfants TDA/H présentent essentiellement des problèmes d'attention/concentration. Ils témoignent aussi souvent de l'agitation et de l'impulsivité. En moyenne, 1 à 2 enfants par classe sont recensés.

Ce trouble engendre beaucoup de difficultés et retentit sur la scolarité (échecs scolaires) et sur les relations sociales.

OBJECTIFS

- Informer sur le TDA/H.
- Identifier les difficultés liées aux TDA/H (attention, hyperactivité, impulsivité, estime de soi, organisation, habiletés sociales, gestion des émotions....).
- Identifier les outils concrets permettant de surmonter ces difficultés (développement d'une relation positive, psychoéducation, gestion des problèmes de concentration et d'agitation...).
- Echange d'expériences, analyse de situations difficiles rencontrées par les participants et recherche de solutions.

PEDAGOGIE

Présentation Powerpoint.
Exposé théorique.

Discussions, débats, échange
d'expériences.

L'estime de soi chez l'enfant / l'adolescent

« Développer l'estime de soi chez l'enfant/l'adolescent »

Compréhension et Prévention

Public cible : Tout type

Période à définir, ½ journée
Max.10 à 15 participants

CONTEXTE

L'estime de soi doit être nourrie dès le plus jeune âge par les parents et les éducateurs. Une bonne estime de soi est à la base d'un développement harmonieux de l'enfant et constitue un facteur de prévention de l'agressivité et de la violence.

Pour bâtir leur estime d'eux-mêmes, les enfants ont besoin de se sentir aimés et acceptés, encouragés, valorisés et écoutés. Les messages positifs - si fondamentaux qu'ils soient- ne sont pas toujours évidents à créer et dépendent du contexte, de l'enfant lui-même et d'obstacles liés à soi-même

OBJECTIFS

- Appréhender le concept d'estime de soi, son origine et ses composantes
- Identifier les différents types d'estime de soi
- Connaître les attitudes qui favorisent le développement de l'estime de soi chez l'enfant.
- Expérimenter des outils concrets pour construire l'estime de soi

PEDAGOGIE

Présentation Powerpoint.
Discussion, débats, échanges d'expériences.

Le stress chez l'enfant / l'adolescent

« Les effets du stress sur le cerveau de l'enfant »

Compréhension et Prévention

Public cible : Tout type

Période à définir, ½ journée
Nombre de participants sans importance

CONTEXTE

De nos jours, le mot « stress » circule dans les médias, recherches scientifiques et grand public. Mais sait-on à quel point il peut frapper le cerveau d'un jeune sujet, et peut-être même avant même sa naissance ?

Le constat est bien réel : les enfants trop stressés et démotivés affichent de nombreuses difficultés pour penser et s'épanouir sereinement.

Les parents et les éducateurs proches de l'enfant détiennent pourtant un rôle crucial pour optimiser les connexions cellulaires interférant avec les émotions, les comportements et la santé au sens large du terme.

OBJECTIFS

- Permettre aux intéressés de mieux cerner les mécanismes physiologiques liés au stress.
- Différencier un bon stress d'un mauvais stress.
- Démontrer pourquoi le stress chez un jeune enfant peut vite s'avérer toxique et engendrer des effets pernicioeux.
- Identifier les enfants plus sensibles aux stressseurs

Cette formation s'inscrira dans une perspective interactionniste et visera à illustrer que les enfants ne sont pas tous égaux face à la gestion et à l'interprétation du stress. Le tempérament en lien avec le fonctionnement cérébral et son développement structurel constituera le fil conducteur de cette formation.

À un niveau préventif, les données suivantes seront abordées : qualité du climat relationnel et éducatif entre l'enfant et l'adulte, la compétence sociale et l'estime de soi de l'enfant comme éléments majeurs de protection contre les effets du stress.

PEDAGOGIE

Présentation Powerpoint.

Apports théoriques.

La qualité de la relation entre le prof & l'élève, la communication avec les parents

« L'importance de la relation entre les enseignants et les élèves, la communication avec les parents »

Compréhension et Prévention

Public cible : Professeurs, membre du personnel scolaire

Période à définir, ½ journée
Max.10 à 15 participants

CONTEXTE

La relation entre les élèves et les enseignants dépasse largement le cadre de la relation pédagogique.

Une relation positive (chaleureuse, soutenante et non conflictuelle) a de l'impact non seulement sur la qualité de l'apprentissage des élèves, leur motivation scolaire, leur comportement mais aussi sur le vécu professionnel des enseignants.

Une communication positive avec les parents est également très importante à tenir. Les enseignants ont le pouvoir d'entretenir une relation privilégiée avec les jeunes.

Comme le souligne Boris Cyrulnik, les enseignants ont trop peu conscience de ce pouvoir qui leur est donné : « [...] Il est très étonnant de constater à quel point les enseignants sous-estiment l'effet de leur personne et surestiment la transmission de leurs connaissances. Beaucoup d'enfants, vraiment beaucoup, expliquent en psychothérapie à quel point un enseignant a modifié la trajectoire de leur existence par une simple attitude ou une phrase, anodine pour l'adulte mais bouleversante pour le petit. » (Cyrulnik, 2003 : 95).

OBJECTIFS

- Aborder les aspects principaux d'une relation positive
- Montrer ses effets sur l'enfant/le parent
- Identifier les obstacles à une communication efficace
- Indiquer les effets d'un dysfonctionnement relationnel sur le jeune ou son parent

PEDAGOGIE

Présentation Powerpoint.
Mises en situation.

Discussions, débats, échange
d'expériences.

La discipline positive

« La discipline positive avec les adolescents et préadolescents »

Compréhension et Prévention

Public cible : Les parents

Période à définir, ½ journée
Max.10 à 15 participants

CONTEXTE

L'adolescence - la fin de l'enfance - annonce de grands bouleversements qui inquiète très souvent les parents et perturbe également ceux qui la traversent. Or le lien avec le jeune est si essentiel à conserver, à renforcer ou tout simplement à recréer afin de garantir l'accompagnement de son enfant, assurer sa motivation et prévenir les dérives potentielles qui peuvent surgir durant cette période.

La discipline positive favorisera cet accompagnement en alliant fermeté et bienveillance éducative.

OBJECTIF

- Aborder les aspects principaux de la discipline positive.
- Identifier ce qu'est un lien d'échange de qualité.
- Reprendre les concepts d'une autorité adéquatement posée.
- Découvrir quelles sont les relations basées sur le respect mutuel.
- Apporter des solutions sur la manière de sortir des conflits récurrents.
- Offrir au parent un éclairage dynamique sur les attitudes qui peuvent motiver leur ado.

PEDAGOGIE

Présentation Powerpoint.
Apports théoriques.
Cas pratiques.

Discussions, débats, échange
d'expériences.

Gestion du stress dans son cadre professionnel

« Comment faire face aux situations difficiles, comment augmenter nos compétences émotionnelles ? »

Public cible :
Professeurs, membre du personnel scolaire

Période à définir
Max.10 à 15 participants

Durée : deux journées

CONTEXTE

Les émotions sont indispensables à une bonne qualité de vie. Mais qu'en est-il si celles-ci sont trop intenses et/ou prolongées. Comment éviter de se laisser envahir par un trop plein émotionnel.

Il est en effet fondamental de calmer notre colère, de cerner nos angoisses, de gérer certaines situations émotionnelles ou relationnelles délicates.

Apprendre à mieux gérer nos émotions nous rend moins vulnérable aux difficultés inhérentes de l'existence. Savoir les gérer suppose bien se connaître, se faire confiance, se détendre et anticiper les événements à venir.

OBJECTIF

- Aborder les aspects principaux d'une bonne gestion du stress.
- Comprendre les effets du stress.
- Découvrir les origines du stress.
- Identifier les conséquences possibles (dépression, burn-out...).
- Se découvrir soi (son profil émotionnel, son estime de soi, son type de stress, ses pensées invalidantes, ses scénarios de vie, ses compétences communicatives...).
- Savoir s'affirmer dans une relation émotionnellement difficile (identifier les obstacles à une communication efficace et les retentissements émotionnels...).

PEDAGOGIE

Présentation Powerpoint.
Exposé théorique.
Discussions, débats, échange d'expériences.

Présentation vidéo.
Questionnaires et cas pratiques.
Mises en situation. Jeux de rôle.