

## PROGRAMME DU CYCLE D'ATELIERS

### « *Stop aux crises, je gère* »

Méthode Filliozat®

**Il existe de nombreux livres qui proposent outils et recettes pour gérer les conflits avec nos enfants. Mais lorsqu'on essaie d'appliquer ces méthodes à la maison ça ne marche pas...**

#### **Ça ne marche pas, parce que :**

- La plupart du temps nos réactions ne sont pas des réactions éducatives mais des réactions de stress... souvent contre-productives
- Nous ignorons à quel point notre relation avec nos enfants nous rappelle notre propre histoire : notre passé a un impact sur nos comportements en tant que parents...
- Nous savons bien que l'enfant n'est pas un adulte en miniature mais force est de constater que nous lui reprochons souvent de ne pas se comporter en adulte. Or l'enfant n'a pas les mêmes capacités cérébrales, il ne voit pas, ne comprend pas les choses comme les adultes...
- Nous méconnaissons bien souvent les comportements "naturels" à chaque âge.

Certains parents interprètent les comportements excessifs ou énervants de leurs enfants comme des manifestations d'opposition, de mauvaise volonté, d'insolence. D'autres se culpabilisent et cherchent le traumatisme. Or ces comportements peuvent avoir d'autres causes : les besoins inhérents à chaque âge et le rythme du développement cérébral de l'enfant. Méconnaître les besoins spécifiques d'un enfant en fonction de son âge et la façon dont se développe son cerveau est source de conflits inutiles. Mieux comprendre les raisons pour lesquelles un enfant agit comme il le fait est fondamental car cela nous permet de réagir de manière adaptée avec lui.

#### **Pour qui ?**

Cet atelier s'adresse aux parents et grands-parents d'enfants de tous âges, ainsi qu'à tous ceux qui souhaitent améliorer le quotidien des relations Adultes – Enfants.

#### **Dans cet atelier :**

- Vous allez découvrir les nouvelles avancées des neurosciences sur le développement du cerveau de l'enfant et expérimenter des méthodes simples qui facilitent et apaisent la communication,
- Vous allez différencier les règles qui marchent et celles qui ne fonctionnent pas,
- Vous allez identifier vos réactions automatiques contreproductives et découvrir d'autres façons d'agir,
- Vous allez apprendre à reconnaître et à réguler votre stress comme celui des enfants, avec des outils ludiques et efficaces,
- Vous allez réfléchir aux comportements « difficiles » des enfants et apprendre à repérer les besoins sous-jacents qui peuvent inciter à agir de cette façon,
- Vous allez développer une méthodologie d'analyse que vous pourrez ensuite appliquer à d'autres comportements de votre enfant,
- Vous allez différencier les consignes efficaces des bloquantes,
- Vous allez apprendre à communiquer selon son système sensoriel pour être compris



Association Paz'à pas, Rue Françoise Dolto, 44680 Sainte-Pazanne.

02 40 02 68 31 - 06 66 89 72 17 - [association@pazapas.fr](mailto:association@pazapas.fr) -

Bahia Bedjaoui – 06.20.54.40.55 – [bbedjaoui@gmail.com](mailto:bbedjaoui@gmail.com) - [www.parents-apaises.com](http://www.parents-apaises.com)

## DÉROULÉ

### Rencontre 1 : il n'y a pas de mauvais parents, il y a des parents sous stress

- Quel comportement de mon enfant me pose problème ?
- Quand notre réaction dépend de notre état : explication du stress
- Les conséquences de nos réactions sur nos enfants
- Les outils de gestion du stress pour les parents.

### Rencontre 2 : Que dit le comportement de mon enfant ?

- La métaphore du lait qui bout
- Est-ce un comportement naturel à son âge ?
- Comment enseigner des compétences à l'enfant pour éviter ou réguler ce comportement ?
- Est-ce du stress ? Les différentes causes de stress chez l'enfant
- Les outils de gestion du stress à enseigner à l'enfant

### Rencontre 3 : L'amour n'est pas une récompense c'est un carburant

- La notion du réservoir d'attachement
- Est-ce une question de communication, d'environnement, de nutrition, de maturation cérébrale, de cerveaux atypiques ?
- Les modes sensoriels.

## MODALITES PRATIQUES

Lieu : Association Paz'à pas, Rue Françoise Dolto, 44680 Sainte-Pazanne.

Durée : 3 ateliers de 3 heures chacun.

Dates : 03-10 et 17 Mai 2022

Horaires (à confirmer avec le groupe) : 19h30 - 22h30

Tarifs : selon le quotient familial (voir tableau ci-dessous). Tarifs calculés en fonction des subventions de la CAF et de L'Agglomération Pornic Agglo Pays de Retz.

Premier atelier gratuit et sans engagement pour le second parent.

Tarif pour le second parent pour l'ensemble du cycle : 50 % de votre tarif

Quotient Familial	Tarif de l'atelier	Tarif global du cycle (3 ateliers)
Moins de 382	8	24
383-534	10	30
535-686	12	36
687-839	14	42
840-991	16	48
992-1251	18	54
1252-1499	20	60
1500 -1900	22	66
1901 et plus	24	72

*\*Les prises de conscience, exemples concrets, mises en pratique, lectures et partages d'expériences permettent une acquisition progressive au cours du cycle de 3 rencontres. C'est pourquoi il est impératif de s'inscrire à l'ensemble du cycle.*



Association Paz'à pas, Rue Françoise Dolto, 44680 Sainte-Pazanne.  
02 40 02 68 31 - 06 66 89 72 17 - [association@pazapas.fr](mailto:association@pazapas.fr) -  
Bahia Bedjaoui – 06.20.54.40.55 – [bbedjaoui@gmail.com](mailto:bbedjaoui@gmail.com) - [www.parents-apaises.com](http://www.parents-apaises.com)

### **Ouvrages pour accompagner les rencontres :**

- un cahier de travail par participant (obligatoire) : *offert*
- « Il n'y a pas de parent parfait » - Isabelle Filliozat – Aux Editions Marabout 2013) – 6,90 € en format poche : *facultatif*

### **Animatrice :**

- Bahia Bedjaoui : 06.20.54.40.88 - email : [bbedjaoui@gmail.com](mailto:bbedjaoui@gmail.com)  
*Coach et consultante en éducation certifiée par l'EIREM (école des intelligences relationnelles et émotionnelles fondée par Isabelle Filliozat). Animatrice d'ateliers parentaux, formatrices pour les professionnels de l'enfance et conférencière.*

### **Renseignements et inscriptions :**

Auprès d'Isabelle MOLLÉ-LEFRÈRE au 06 66 89 72 17 ou à [association@pazapas.fr](mailto:association@pazapas.fr)

