

# CATALOGUE CONFERENCES PARENTALITE

animées par Florence PINEAU et Frédérique LE GOFF

## Modalités pratiques-----

**Public concerné** : tout public. Les conférences sont adaptées aussi bien aux personnes novices qu'aux personnes ayant déjà des connaissances dans le domaine de l'éducation. Elles s'adressent aux parents, professionnels, éducateurs...

**Durée des conférences** : 1h30

**Format des conférences** : Les conférences sont animées en alternance avec des apports théoriques et des scénettes théâtralisées humoristiques. Elles s'appuient sur une présentation powerpoint.

**Matériel** : une ou deux tables / un paperboard / un vidéoprojecteur avec le son / un ordinateur portable

**Tarif** : sur devis

### **Liens utiles** :

vidéos de nos conférences / émissions de radio / facebook

### **Témoignages** :

« Frédérique LE GOFF et Florence PINEAU nous ont présenté une conférence vivante et ludique. A l'aide de scénettes, de playmobils, d'anecdotes et d'images humoristiques, elles nous amènent à réfléchir à la manière d'accompagner les enfants ».

« Bonjour, merci pour votre conférence et votre formidable énergie qui m'a redonnée le sourire... » Celine A

« ...J'étais hier à la conférence qu'organisaient Frédérique LE GOFF et Florence PINEAU à Marennes, elles ont l'art et la manière de capter l'attention du public et de transmettre des messages avec bienveillance et beaucoup, beaucoup d'humour (j'en pouvais plus de rire)... » July L

« Conférence super intéressante ponctuée de beaucoup d'humour ! Merci pour ce partage.

Super conférence remplie d'humour! Bravo aux intervenantes!!! » Karine

« Génial, vraiment bien expliqué,  
Drôle j'ai adoré ce moment avec vous MERCI » Anthony P

« Les murs ont été poussés ! Très belle intervention. » Audrey N

## Intervenantes-----

<p><b>Frédérique LE GOFF</b> Psychopraticienne, Coach parental, Formatrice, Animatrice, Conférencière</p> <p>65 rue du 14 juillet 17300 Rochefort Tel : 07-81-31-65-95 Email : fredelegoff@yahoo.fr</p> <p>Microentreprise : LE GOFF Frédérique N°SIRET : 827 755 331 000 28</p>	<p><b>Florence PINEAU</b> Infirmière DE – Naturopathe – Psychopraticienne – Formatrice Accompagnement empathique de l'enfant Parentalité positive et périnatalité naturelle Communication parents-enfants- adolescents Thérapies psycho-corporelles – EFT Praticienne RE</p> <p>Consultation individuelle, parentale et familiale sur rendez-vous</p> <p>Place Jean Moulin 17340 CHATELAILLON PLAGES Tel : 06-12-31-15-42 courriel : florence.pineau@sfr.fr</p>
--	---

## Conférences proposées-----

- 1- Comprendre et accompagner les émotions et crises des enfants
- 2- Fratrie : entre je t'aime, moi non plus !
- 3- Parents- adolescents , on ne se comprend plus !!
- 4- Pourquoi les enfants d'aujourd'hui ne sont plus ceux d'hier
- 5- Enfants et adolescents, comment poser des limites sécurisantes
- 6- Renforcer l'estime de soi des enfants et des adolescents

### 1-« COMPRENDRE ET ACCOMPAGNER LES EMOTIONS ET CRISES DES ENFANTS »

Cette conférence a pour objectif d'expliquer et éclairer les comportements des enfants de 0 à 16 ans par des **informations théoriques**, de comprendre **pourquoi adultes et enfants ne réagissent pas de la même manière**, puis de fournir des **outils concrets** afin de permettre aux parents et enseignants de mieux accompagner les enfants au quotidien.

**LE STRESS**, souvent à la base des « crises » et des comportements désagréables des enfants.

Comprendre la place du stress chez l'enfant et le parent : Qu'est ce que le stress ? Origine du stress ?

**Comment «décharger» le stress et nourrir les besoins cachés derrière, à la lumière de des neurosciences et de la théorie de l'attachement.**

## **LE CERVEAU**

Comprendre le développement du cerveau d'un enfant à la lumière des neurosciences.

Différence entre le cerveau d'un enfant et d'un adulte et implications. **LES EMOTIONS**

Comprendre le rôle des émotions : à quoi servent les émotions ? comment se manifestent elles ? Pourquoi ?

Découvrir des clés et outils pour accueillir les émotions des enfants et des parents.

## **2-« FRATRIE : entre je t'aime, moi non plus ! »**

Fonder une famille harmonieuse où tout le monde s'aime et s'entraide est le rêve de nombreux parents. Quelle déconvenue lorsque les parents assistent aux disputes incessantes entre leurs enfants. Moqueries, provocations, et chamailleries n'en finissent pas et pèsent lourdement sur la vie familiale. Les parents, impuissants, essaient de ramener la paix par tous les moyens : menace, cri, chantage, punition....mais rien n'y fait.

Que se passe-t-il donc chez nos enfants ?

Cette conférence permet de comprendre ce que nous mettons en place dans nos familles qui renforce la jalousie et la compétition plutôt que l'entraide et la coopération.

Nous découvrirons comment aider nos enfants à s'exprimer sans violence, comment être juste pour chaque enfant, comment les aider à trouver des solutions entre eux, comment se faire respecter et respecter les autres.

Vivre ensemble est une formidable opportunité pour enseigner aux enfants les compétences sociales, émotionnelles et relationnelles qui leur serviront toute leur vie et transformeront l'atmosphère familiale.

## **3-« PARENTS - ADOLESCENTS ON NE SE COMPREND PLUS !!! »**

### **Traverser sans dommage la période des portes qui claquent !!**

Tous les ados ne se ressemblent pas. Certains vivent cette période repliés dans leur chambre, d'autres ne cessent de sortir. Certains passent leur temps affalés sur le canapé, d'autres s'investissent dans le sport jusqu'à se mettre en danger. Certains perdent tout intérêt pour les études, d'autres sont toujours premiers, certains ont le joint aux lèvres dès le lever, d'autres n'y toucheraient pour rien au monde et d'autres encore oscillent entre les deux extrêmes.

Il reste que certains traits se dégagent et que tous traversent une période complexe.

L'adolescent traverse une transformation. L'adolescence inquiète, parce que les risques sont effectivement là. Alcool, sexe, drogue, vitesse sur la route, décrochage scolaire, troubles du comportement alimentaire... Et pour traverser cette période, les ados ont besoin de leurs parents. À leurs côtés et non en face d'eux.

**Cette conférence explore le CERVEAU des adolescents**, ainsi que certaines composantes **psychologiques, sociales, biologiques et physiologiques**, et aide ainsi à poser un regard nouveau sur les motivations de leurs comportements – souvent inconnues des parents autant que des ados. Elle vise à équiper les parents et les adolescents pour leur permettre de traverser cette période la plus sereinement possible

## 4-«ENFANTS ET ADOLESCENTS, COMMENT POSER DES LIMITES, UN CADRE SECURISANT»

Nous sommes aujourd'hui tous conscients que les enfants ont besoin de limites sécurisantes pour se développer, grandir et s'épanouir au mieux individuellement et collectivement.

Mais comment poser ce cadre ? Les parents, éducateurs, grands parents, personnels de la petite enfance sont quelquefois démunis : où placer le curseur entre la méthode « permissive » et la méthode « autoritaire » ?...c'est ce que cette conférence vous propose d'explorer en nous aidant des dernières découvertes en neurosciences et en nous basant sur les outils de la parentalité dite bienveillante ou positive.

**La 1ere partie** fait le point sur **le modèle éducatif prédominant de notre société** où la **relation parent/enfant devient malheureusement souvent un rapport de force !!**

En effet, **la manière, souvent autoritaire, dont nous posons les limites** depuis des générations agit directement sur le cerveau de l'enfant et occasionne non seulement du stress, mais également, sur le long terme, des difficultés d'apprentissages, de mémorisation et ... **provoque l'effet inverse de ce que nous souhaitons !!** l'enfant n'a pas du tout envie de respecter les limites ainsi posées !!

Dans **une 2eme partie**, nous expliquons que **derrière chaque comportement désagréable de nos enfants, se cache en réalité un besoin...** bonne nouvelle ! soulagement pour les parents qui peuvent davantage prendre du recul et enfin comprendre ces comportements si dérangeants de leurs enfants.

**La 3eme partie** abordée propose des **OUTILS** permettant de poser des limites sécurisantes et bienveillantes pouvant être entendues par le cerveau **des enfants, sécurisantes** pour eux, **baissant la pression des parents** et permettant enfin **une relation parents/enfants apaisée... !!**

## 5-« POURQUOI LES ENFANTS D'AUJOURD'HUI NE SONT PLUS CEUX D'HIER »

Les enfants du XXIe siècle ne sont plus ceux d'autrefois.

### **Quels changements ont opéré ?**

Si les enfants d'aujourd'hui semblent manifester davantage de colère que les enfants d'hier, c'est peut-être parce qu'ils font face à bien davantage de stimulations, d'occasions de choix, de déceptions...

Les enfants d'hier ne faisaient pas de comédies dans les supermarchés... parce que les supermarchés n'existaient pas. Ils ne hurlaient pas quand on éteignait la télévision, parce qu'il n'y avait pas de télévision. Les enfants d'hier ne faisaient pas non plus toute une histoire parce que leur mère oubliait leurs céréales préférées... parce qu'ils n'avaient pas de céréales préférées. L

Ce ne sont pas les enfants qui ont changé, mais leur environnement. Nous oublions parfois que nos enfants ne sont pas équipés pour faire face à cette société hyperstimulante. »

Comment se construit leur personnalité dans un monde en constant mouvement ?

Quel cadre de vie leur offrons-nous pour qu'ils puissent s'épanouir pleinement ?  
Quelles nourritures physique et émotionnelle devrions-nous leur prodiguer afin qu'ils puissent grandir et devenir des individus sains et sereins ?

## 6-« Renforcer l' estime de soi des enfants et des adolescents »

L'estime de soi est la fondation nécessaire pour le développement harmonieux de tout être humain. En tant qu'animal social, l'être humain a besoin de liens pour assurer sa sécurité. La qualité de la relation est donc essentielle voire vitale.

### **PARTIE I : LA THEORIE DE L'ATTACHEMENT = un instinct vital = LE BESOIN PRIMORDIAL QUE L'ON RETROUVE A CHAQUE PHASE**

Comment se construit-elle ? Quel est l'enjeu d'un attachement sécurisé ?

### **PARTIE II – les 4 étapes de la construction de la confiance en soi**

Construire des adultes de demain solides, responsables, ouverts, capable de tisser des liens avec le meilleur de soi, avec les autres et dans le respect de l'environnement est tout l'enjeu de notre rôle de parents et d'éducateurs.

Le terme de "confiance en soi" recouvre quatre dimensions qui se construisent les unes après les autres au cours de notre développement.

#### **1-Le sentiment de sécurité intérieure :**

**Théorie :** Qu'est ce que la confiance de base

**Accompagner son enfant au quotidien dans cette phase (jeune enfant et adolescent)**

**Outils pratiques :** La confiance de base se nourrit de toucher, de contact physique dans les bras des parents au cours de la première année, de regards, de câlins, de baisers, de cododo, de portage qui donnent la sensation d'être aimé et protégé

#### **2- La confiance en sa propre personne**

**Théorie :** Entre 18 mois et 2 ans, les enfants entrent dans la période du non. L'enfant s'oppose, développe sa propre personnalité, veut devenir une personne séparée de ses parents et cherche à se définir.

**Outils pratiques :** le renforcement positif.

#### **3 - La confiance en ses compétences**

**Théorie :** A partir de trois ou quatre ans, l'enfant part à l'exploration du monde et veut faire des choses tout seul. Pour construire la confiance en ses compétences, l'enfant a besoin : d'être autorisé à explorer, toucher, échouer, tomber, recommencer, se relever seul

**Outils pratiques :** construction d'un cadre éducatif assurant la sécurité en respectant les propres limites de chacun

#### **4 - La confiance relationnelle**

**Théorie** : Plus tard, au sein de la fratrie, à l'école, lors d'activités extra-scolaires, l'enfant se confronte à d'autres enfants, rencontre des camarades, se fait des amis. Les relations avec les pairs (frères et sœurs, camarades de classe...) peuvent influencer grandement la confiance relationnelle des enfants. Un enfant moqué, rejeté, humilié par ses frères et sœurs, bizuté ou racketté à l'école sera plus facilement en déficit de confiance relationnelle.

**Outils concrets** : apprendre à dire ses émotions, écouter son corps, développer son empathie, identifier les sentiments et émotions des autres, outils de résolution de conflits.