

## CYCLE COMPLET

### LA DISCIPLINE POSITIVE AU QUOTIDIEN ET EN FAMILLE

Ensemble, en nous inspirant du livre « *la Discipline Positive* » de Jane Nelsen, nous discutons des situations complexes que les familles peuvent rencontrer, nous nous entraînons à utiliser de **nouvelles façons de réagir**, partageons nos réussites et nos erreurs dans une **ambiance détendue, bienveillante et sécurisante**.

Les **thèmes abordés** sont variés et complets :

poser un cadre et une autorité bienveillante, la régulation des émotions, les relations entre frères et sœurs, les alternatives à la punition, les encouragements et la mise en capacité, écoute et communication efficace, mieux se connaître et se comprendre les uns les autres ...

#### **Formats possibles :**

7 séances de 2h,  
4 demi-journées ou  
2 journées complètes.  
Groupes de 4 à 20  
personnes environ.  
En présentiel ou à  
distance (visio).

## Pourquoi ?

« Il ne m'écoute pas » « Elle fait des crises »  
« Mes enfants se disputent tout le temps »  
« J'ai tout essayé » « Toujours sur les écrans »  
« Les devoirs, quelle galère » « J'en ai marre de crier » « Je dois répéter 50 fois la même chose »... **être parent est loin d'être facile !!**

Je vous accompagne vers une parentalité apaisée et déculpabilisée, en nous appuyant sur :

- une **démarche éducative** FERME et BIENVEILLANTE, ni permissive, ni punitive pour aider vos enfants à grandir et développer : l'estime de soi, l'entraide, le respect mutuel, l'autonomie, et toutes leurs qualités personnelles
- associée à une multitude d'**outils concrets, faciles à appliquer** directement, en famille, pour gérer ou prévenir les conflits et communiquer plus efficacement.

## Pour qui ?

Parents (pour des enfants de tous âges - 0 à 25 ans ! ), Beaux-parents, grands-parents, Familles d'accueil, Association de parents...



## Intervenante :

Claire TETIER

ctetier.disciplinepositive@gmail.com

(+33)6.33.31.80.85

80220 Gamaches

SIRET n° : 841 692 932 00012