



MOULINS-ENGILBERT
Adhérent à la Fédération
des Centres Sociaux de la Nièvre



ATELIERS DE COMMUNICATION POUR LES PARENTS D'ADOLESCENTS

Les dimanches 19 avril et 17 mai 2015
De 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30
Obligation d'assister aux deux séances

Animé par **Bénédicte Vallette d'Osia**

Formatrice en pédagogies innovantes chez Antigone

« L'ADOLESCENCE, UNE QUESTION DE DOSAGE... »

Apprendre à vivre avec un ado, c'est parfois compliqué. le deuil de l'enfance pour les parents/l'ado, les revendications, la communication, le fonctionnement avec ses copains qui ne se comportent pas toujours comme lui...

Ce stage permettra aux parents de réfléchir à leur positionnement, de découvrir de nouveaux outils de communication avec leurs adolescents et de s'entraîner.

Module 1 : L'adolescence, une question de dosage.

- Je découvre mon rôle de parent d'ado, l'adolescence et mon ado.
- Je délimite, je pose le cadre, c'est ma responsabilité
- Je décède, j'apprends à écouter
- Je fais baisser la pression, je décris pour mieux communiquer
- Je donne du lien

Module 2 : Choisissez vos batailles.

- Les premières fois : de l'expérience aux transgressions
- L'autonomie : la route vers l'indépendance
- L'estime de soi : la développer, la renforcer
- La motivation : en classe et ailleurs
- Le grand final

GRATUIT SUR INSCRIPTION :

(Nombre de places limité)

Béatrice : afep58.beatrice@afep.asso.fr

06 31 59 81 01



Salle des Associations de la salle polyvalente
2 avenue Perricaudet
58290 MOULINS ENGILBERT