

Communiquons positivement avec nos ados!!



Matériel créé par l'Atelier des parents

Com' @dos

Les 18 novembre et 9 décembre de 9h à 17h

À la maison de retraite La Compassion

À Beauvais



www.coach-famille.fr

Les ateliers des parents d'ados proposent des techniques de communication pratiques, accessibles et concrètes, pour développer ou renforcer une communication harmonieuse avec nos ados.

Créés par l'Atelier des Parents, et construits à partir des travaux du pédopsychiatre Haim Ginott et des neurosciences, ces ateliers vous offrent un espace d'échanges et de partages d'expériences.

Au cours de ces ateliers, les transformations de l'adolescence vous seront expliquées de façon simple et innovante, et vous comprendrez davantage les réactions de vos ados.

Par le biais d'exercices et de jeux, vous découvrirez de nouvelles techniques de communication et apprendrez comment mettre en place un cadre bienveillant auprès de vos ados.

« J'ai trouvé dans ces ateliers une réelle aide pour regarder autrement mes ados, les comprendre et améliorer le dialogue avec eux. Je sais que je dois ôter « mes lunettes rouges » et trouver les mots pour obtenir la participation de mon ado. Je constate aujourd'hui que je peux dire « non » sans déclencher un cataclysme car le cadre est fixé, clair pour chacun. » - Carine, juin 2014

L'atelier regroupe

5 thèmes :

- **1^{ère} thème** : Je découvre mon rôle de parent d'ado, l'adolescence et mon ado.
- **2^e thème** : je délimite, je pose le cadre, c'est ma responsabilité.
- **3^e thème** : je décède, j'apprends à écouter.
- **4^e thème** : je fais baisser la pression, je décris pour mieux communiquer.
- **5^e thème** : je donne du lien.

Pour plus de renseignements :

E.F.A 60

contact@efa60.org

Atelier créé par : **l'Atelier™**
des Parents