



Catalogue de formation NaturEmpathie

« Précurseur de Bien-être »

Comprendre les émotions chez les enfants de 0 à 10 ans

« *Mieux vivre ensemble* »

Programme de la formation

JOURNEE 1

Début de matinée

1/ Accueil

- Présentation
- Objectifs

2/ Eclairage des notions étudiées

- Neurosciences affectives et sociales
- L'intelligence émotionnelle
- Empathie

3/ Les émotions et le bon développement de l'humain

- L'importance de considérer les émotions dès l'enfance
- Les facteurs biologiques humains

Fin de matinée

4/ Aider les enfants à mieux vivre leurs émotions

- Comprendre le sens des émotions présentes
- Des mots pour le dire positivement
- Le chemin des émotions
- Jeux de régulation émotionnelle

Après-midi

Début d'après midi

5/ Considérer le corps comme vecteur de sérénité

- La peau organe des sens
- Exercices de toucher-massage et de relaxation
- Mon tableau des émotions

Fin d'après midi

6/ Des éléments concrets de repères

- Partage de références et de support facilitant l'expression des émotions
- Temps d'échanges
- Evaluation

JOURNEE 2

Début de matinée

1/ Accueil

- Feed-back
- Etude de cas

2/ La plasticité cérébrale

- Le fonctionnement du cerveau
- Les enjeux hormonaux et du système nerveux dans les réponses émotionnelles

Fin de matinée

3/ Le stress chez les enfants

- « C'est plus fort que moi »
- Les situations délicates
- Exercices de relaxation

Après-midi :

4/ Pratique

- Jeux de décharge et de régulation émotionnelle
- Réflexion collective
- Temps d'échanges
- Evaluation

Public visé :

- ✓ Destinée aux personnes désireuses de mieux comprendre les enfants, faciliter leurs relations avec eux et qui souhaitent obtenir des stratégies de communication pour être davantage respecté.
- ✓ Destinée aux personnes qui se sentent en difficulté dans leur relation aux enfants, qui ne les comprennent plus, qui se sentent démunies face à leurs réactions et qui recherchent des solutions ludiques pour sortir de cette triste spirale.
- ✓ Destinée aux personnes qui souhaitent faire évoluer leur regard sur l'éducation de l'enfant, qui recherchent des moyens pratico-pratiques pour les accompagner dans leur vie émotionnelle et de mettre du sens sur leurs propres ressentis d'adulte.
- ✓ Toutes personnes sensibles à l'énergie des enfants nouveaux qui viennent bousculer les représentations collectives des principes éducatifs que nous connaissons.

Avez-vous remarqué comme le comportement des enfants a changé ?

Avez-vous ressenti comme ils viennent bousculer vos schémas éducatifs en vous poussant dans les retranchements de vos valeurs et de vos fonctions ?

Vous vous demandez comment mieux vivre les situations délicates dans la relation avec les enfants

Vous avez envie de moins réagir par la colère et de trouver d'autres réponses éducatives ? A coup sûr, vous vous intéressez aux émotions des enfants... et vous avez raison !

Objectifs de la formation :

Cette formation a pour but de faire bouger votre regard sur le comportement de l'enfant en vous donnant des clés stratégiques de changement positif.

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable :

- Mettre du sens sur les émotions présentes chez l'enfant et en lui, l'adulte
- Utiliser du vocabulaire émotionnel adapté pour différentes situations
- Considérer la place du corps pour gagner en sérénité
- Valoriser sa responsabilité dans le bon développement des enfants
- Comprendre l'impact des émotions sur le développement humain
- Utiliser des méthodes pour mieux vivre les situations délicates

Prérequis :

- ✓ Être ouvert aux différences de points de vue hors de tout jugement
- ✓ Être en relation avec des enfants
- ✓ Être prêt à reconsidérer la place de l'adulte dans l'éducation des enfants en sortant des schémas éducatifs ordinaires.
- ✓ Être motivé, investi.
- ✓ Effectif du groupe :

15 stagiaires maximum. Une session de formation supplémentaire serait mise en place en cas de sureffectif.

5 stagiaires minimum. Dans le cas contraire la session de formation serait reportée jusqu'à ce que ce quota soit atteint.

- ✓ Matériel apporté par le stagiaire : bloc note, feutres, clé USB, des vêtements permettant le mouvement, tapis de sol.

Contenu de l'offre :

- 1 livret de formation
- Fiches d'exercices
- Interactions/ feed-back
- Exercices pratiques
- Auto-évaluation

Moyens pédagogiques et techniques

Moyens pédagogiques :

- Cours attractif
- Jeux ludiques d'intégration
- Dossier de cours informatisé remis sur clé USB*
- Fiches d'exercices papiers
- Etudes de cas concrets
- Echanges

Méthodes pédagogiques :

- Transfert de connaissances
- Expérimentation de pratiques corporelles
- Réflexion collective

Moyens pédagogiques techniques :

- Apports théoriques avec le livret de formation
- Carnet de bord du stagiaire
- Supports attractifs pour faciliter les apprentissages
- Passage à l'action – animations
- Travail en individuel et en binôme pour intégrer les concepts.

*fourni par le stagiaire....

Méthodes pédagogiques :

- Alternance de théories et d'exercices pratiques
- Interactions basées sur une dynamique collective
- Expérimentation de techniques d'expression émotionnelle et de relaxation
- Références sur fascicules.
- Auto-évaluation continue

Moyens pédagogiques d'encadrement :

Enseignement par 1 intervenante Aurélie Vernerey/ formatrice expérimentée, certifiée dans plusieurs disciplines relevant de la médecine alternative dont la naturopathie, la réflexologie plantaire holistique, le massage, ainsi qu'en stratégies thérapeutiques et systémiques. Formée en technique de relaxation et bien-être adaptée pour les enfants, par l'institut de formation Joël Savatofski.

Moyens d'évaluation :

- Cette formation fait l'objet d'une évaluation des acquis et des compétences qui se déroule tout au long de la formation via des mises en situation, des mises en pratique et d'une fiche d'auto-évaluation.
- La satisfaction globale de chaque stagiaire sur l'organisation et les conditions d'accueil, les qualités pédagogiques du formateur ainsi que les méthodes, moyens et supports utilisés, sera évaluée par le biais d'un questionnaire. Ce document papier sera donné la dernière journée de la formation et sera à rendre avant de quitter les lieux.
- Auto-évaluation : 1 questionnaire papier sera donné pour chaque stagiaire à la fin du programme

Attestation :

Ce séminaire est sanctionné par une attestation de fin de stage. Celle-ci sera remise au stagiaire par l'organisme de formation à la fin de la seconde journée de formation et attestera :

- que le stagiaire a intégralement suivi le programme en présentiel.

Elle mentionnera :

-la nature et la durée de l'action,

-le nom de l'organisme de formation et les références du formateur.

Durée du séminaire de formation

- ✓ 1 journée de 7 heures de formation : 8h30-12h30 et 13h30-16h30
- ✓ 1 journée de 6 heures de formation : 9h-12h30 et 13h30-16h

Me contacter pour connaître les dates prévisionnelles de l'année en cour.

Lieu de la formation :

- ✓ Coworking 4 puissance 3 ZI chavanon 2 **43120 Monistrol/Loire** (haute-Loire).
- ✓ Sur votre lieu de travail

Préparation à la formation :

Coordination sous forme d'échanges téléphoniques avec les organisateurs ou le stagiaire qui permettront :

- ✓ Définir la date et le lieu de l'action de formation
- ✓ De cibler les besoins et les objectifs du service ou du stagiaire.
- ✓ Préparation du matériel pour le formateur et le stagiaire
- ✓ Valider que le lieu de formation soit conforme au bon déroulement des séances
- ✓

Coût de la formation

- ✓ Par stagiaire 180 € hors prise en charge.
- ✓ Par stagiaire 320 € avec prise en charge.

44570387057 des Organismes de Formations 84430350143 auprès du préfet de la région Auvergne-Rhône-Alpes. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Conformément à l'article L6313-1 du code du travail, cette formation s'inscrit dans le cadre des actions d'acquisition, d'entretien et de perfectionnement des connaissances.

« Adultes, reconnaissons dans les crises de l'enfant une opportunité d'évoluer vers le meilleur de nous-même »

Aurélie VENREREY

Créée en 2016 l'entreprise NaturEmpathie offre des accompagnements **individuels** et **collectifs** axés sur le développement harmonieux de l'être humain et le respect de la nature. L'ensemble des actions proposées par NaturEmpathie a pour objectif global de soutenir la **structuration des consciences** et **l'émergence des potentiels de chacun** en favorisant l'intelligence émotionnelle. Pour ce faire NaturEmpathie dispose de plusieurs axes d'intervention :

- ∞ Des séances individuelles et familiales
- ∞ La conception et l'animation d'ateliers sur mesure
- ∞ Des animations-conférences participatives
- ∞ Des formations

Les publics touchés par les services de NaturEmpathie sont les **enfants** dès l'âge de 4 ans ainsi que les adultes qui les accompagnent (parents, professionnels de l'enfance, du soin, de la relation d'aide, de l'éducation et de l'enseignement par exemple), des **adolescents**, des **adultes particuliers** ou **professionnels** venant d'autres secteurs d'activités.

Les lieux d'intervention sont très variables, domaines expérimentés : écoles, centre sociaux, crèches collèges, lycées, structures sociales, milieu carcéral, Ehpad, entreprises d'aide à la personne, mutuelles prévoyance, association...

La formation est un moyen de transmettre des connaissances et des compétences dans le but de donner des clés efficaces pour soutenir le développement harmonieux de l'être humain à tous les âges de la vie.

Quelles sont les sources d'inspiration des programmes pédagogiques ?

Les médecines alternatives, les neurosciences affectives et sociales, l'épigénétique, les lois de la physique quantique, les pratiques de relaxation et de bien-être, la pleine conscience.

7 raisons de vous former avec NaturEmpathie ?

- La spécificité des interventions : **considérer l'être humain dans sa globalité**
- La qualité d'écoute et de considération de vos besoins
- Les stratégies pour passer à l'action efficacement
- Les formateurs enseignent ce qu'ils connaissent et maîtrisent, enrichis de leurs propres expériences de terrain
- Des programmes associant la théorie et la pratique avec une touche de bonne humeur et de simplicité
- Les programmes en présentiel ou en e-learning sont qualitatifs, attractifs et accessibles à tous
- Les formations sont basées sur la dynamique de coopération et d'action par l'implication concrète du stagiaire.

4 références qui rassurent :



La pédagogie : Les participants sont formés dans un climat de confiance, où ils évoluent à leurs rythmes dans le respect de leurs ressentis et de leurs opinions. Chaque apprenant est invité à oser être lui-même en se libérant de ses appréhensions de jugement et dévalorisation.

L'apprentissage repose sur l'expérience pratique de ce qui est enseigné. L'appropriation des techniques se fait d'une manière individuelle et dans ce qui est accessible pour chacun. Les exercices sont variés, ludiques, symboliques et impliquent l'engagement du participant qui de ce fait est co-acteur dans la réalisation des objectifs pédagogiques de sa formation.

L'enseignement donne l'envie, relance la motivation tout en insufflant l'élan de créativité du stagiaire. De plus, il met en avant la force du collectif en encourageant la recherche de la complémentarité des compétences, dans un état d'esprit non concurrentiel au profit du coopératif.



La **valeurs** phares de NaturEmpathie reposent sur la notion de responsabilité de chacun dans ce qui lui arrive, le libre arbitre, la tolérance par le respect des différences, l'égoïsme altruiste (*penser à soi pour mieux donner aux autres*), la culture des pensées constructives et positives, la proactivité pour obtenir la satisfaction recherchée. La plus importante à mes yeux, être ce que nous voulons voir chez les autres.



Sortir du faire pour faire et donner du sens. Comprendre l'intérêt d'une manière d'être et de faire, pour le développement harmonieux de l'humain. Faire des choix conscients entre telle ou telle posture, pratique ou action qui vont nourrir le but recherché. Les apports théoriques visent à donner du sens à la pratique avec des notions de base en biologie, anatomie et biochimie du corps. Ces données n'ont aucune vocation médicale.

Les contenus des programmes associent la dimension du corps, de l'esprit, de l'énergie avec des notions de physiologie. Ils sont inspirés de la naturopathie, l'énergétique de la médecine traditionnelle chinoise et ayurvédique, le yoga, la respiration consciente, la bioénergétique, la relaxinésie, le toucher massage, le massage, la thérapie systémique, la communication non violente, la pleine présence, la méditation par exemple.

Les pratiques sont adaptables pour les rendre accessibles à tous du mieux possible. Chaque exercice est en lien direct avec les objectifs de la formation choisie et sont essentiels à l'intégration de l'enseignement. Il peut être demandé aux participants des mises en situation sur le terrain pour valider son parcours et recevoir son attestation de formation. Certaines formations de plusieurs jours sont fragmentées, afin de laisser un laps de temps au stagiaire pour expérimenter le contenu de la formation et revenir avec des cas concrets qui seront étudiés sous forme « d'étude de cas ».

Les contenus sont évolutifs, car le souhait de NaturEmpathie est de s'ajuster à la nouveauté qu'apporte chaque expérience et rencontre, ainsi que les études scientifiques... Tout ce qui peut enrichir ce qui existe déjà est le bienvenu pour répondre encore davantage aux objectifs de chaque formation et à l'objectif global : la **structuration des consciences** et **l'émergence des potentiels de chacun** en favorisant l'intelligence émotionnelle.



La **philosophie** des formations invite à revisiter les préjugés, les systèmes de croyances collectives et limitantes. Elle pousse vers la reconnaissance et l'enrichissement des compétences et ressources personnelles des stagiaires et de toute autre personne. Convaincue que la seule chose qui ne change jamais c'est le changement, la philosophie de NaturEmpathie pourrait se résumer à dire : « **rien n'est une erreur ou un échec, mais plutôt tout est expérience et source d'évolution et d'amélioration possible** ».

A propos des formations et des formateurs ?

Plusieurs formations vous sont proposées avec des objectifs spécifiques pour chacune d'elle, vous permettant de choisir le chemin qui vous correspond. Les formations s'adressent à un public différent et à des profils variés, afin que chacun puisse trouver sa place. Le stagiaire est **co-auteur** de son enseignement, il nourrit le programme par ses interventions en lien avec l'intitulé de la formation, de ce fait le contenu est variable afin de s'adapter pleinement à la dynamique de chaque groupe tout en répondant directement aux objectifs de la formation en cours.

Les formations sont dispensées en France, en Suisse, en e-learning, sur place ou en salle.

Je conçois chaque programme, qui suis-je ? Aurélie VERNEREY **praticienne en médecines douces, spécialisée dans le développement de l'intelligence émotionnelle et la régulation du stress**. Créatrice du cabinet NaturEmpathie, Aurélie met à votre service ses 19 ans d'expériences dans les métiers de la relation d'aide et du développement personnel. **Animatrice d'ateliers et conférencière**, Aurélie est également **auteure** de l'album jeunesse « les émotions filantes » paru en 2019 chez *Publishroom*.

Je conçois et dispense les programmes de formation, à partir de mes expériences qui servent d'illustration pratique de terrain. Je vous enseigne ma passion, tout comme ma sincère motivation à vous aider à semer des graines de paix, d'amour et de joie. Je ne détiens aucune vérité, j'ai les miennes qui évoluent en permanence au contact des autres et de mes expériences. J'aime dire que vous prenez ce qui raisonne en vous lors des formations, vous le digérer, le transformer puis vous créer vos propres vérités.

Dans certains programmes, d'autres formateurs qualifiés dans des domaines spécifiques et complémentaires aux miens, dispensent des enseignements.

Sommaire des formations

- 1) **Cohérence cardiaque** : « *15 min par jour pour réduire le stress* »
- 2) **Heure de pause « bien-être »** : « *Pour les professionnels de la relation d'aide* »
- 3) **Comprendre les émotions des enfants de 0 à 10 ans** « *Mieux vivre ensemble* »
- 4) **Anim'atelier enfant & co** : « *Grandir Zen en Confiance* »
- 5) **Apprendre à dompter son stress** « *rencontrer son M'êtré intérieur* ».

Formation en ligne inscriptions ouvertes toute l'année

- *Module 1 de 3 jours : Le stress et ses horizons*
- *Module 2 de 6 jours : Le corps et l'alimentation vecteurs de changements*
- *Module 3 de 4 jours : L'intelligence émotionnelle et la communication bienveillante*
- *Module 4 de 28 jours de défi : Passer à l'action*