



## " Créer, partager, pour mieux se comprendre et se connecter"

Chaque adolescent mérite de s'épanouir en trouvant sa place et en tissant des liens solides.

Avec ce parcours, je propose à votre adolescent un voyage vers la découverte de soi et des autres, lui permettant de trouver sa voix et renforcer ses liens sociaux.

**Votre adolescent rencontre-t-il des difficultés à créer des relations sociales durables, à accepter l'autorité, à se faire confiance, à gérer et exprimer ses émotions, à nommer ses besoins et ses sentiments, à trouver son autonomie ?**

*En tant que parents, vous êtes-vous déjà demandé comment aider votre adolescent dans cette quête vers un mieux-être ?*

**Ce parcours de transformation** est spécialement conçu pour les adolescents entre 11 et 14 ans qui :

- vivent avec un trouble ou qui le ressentent ainsi (comme le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (**TDA-H**), les troubles "**Dys-**", le haut potentiel (**HP**), la **timidité**, l'**hypersensibilité**, etc...).
- ont des **difficultés à trouver leur place et à créer des relations** avec autrui.
- ont **perdu confiance en eux**, et peinent à s'affirmer.
- se trouve souvent confronté à **des incompréhensions de la part des autres**.
- ont **de la peine à exprimer et communiquer leurs émotions**.
- manifeste **des résistances face à l'autorité**.
- font preuve **d'une anxiété persistante** et ont souvent **des pensées auto-dévalorisantes**.
- présentent des **symptômes physiques et émotionnels** associés au stress, tels que des maux de ventre fréquents, des perturbations du sommeil et une perte d'appétit.

Accorder à votre adolescent la possibilité **d'explorer son monde intérieur**, de découvrir la beauté de la connexion à travers **le partage** artistique.

Par des propositions créatives et des outils simples d'accès, votre adolescent évoluera vers de nouvelles perspectives, au sein d'un environnement sécurisé et bienveillant.

Grâce à ce parcours,

- ✓ Il **crée, partage et échange**, favorisant une meilleure compréhension mutuelle et une connexion authentique, ce qui **l'aide à trouver sa place et à renforcer ses relations sociales**,
- ✓ Il **développe ses capacités d'expression** et son ouverture aux autres,
- ✓ Il **s'affirme de manière équilibrée** et confiante,
- ✓ Il **voit sa différence comme une force**, une découverte de soi positive,
- ✓ Il **acquiert** des outils créatifs pour **gérer et communiquer ses émotions**,
- ✓ Il **apprend** à interagir de manière respectueuse, afin de **mieux gérer son interaction avec l'autorité**,
- ✓ Il **parvient à réduire son anxiété**, découvre **des techniques de gestion du stress**, ce qui contribue à un meilleur sommeil,
- ✓ Il **identifie et exprime ses besoins et ses préoccupations** de manière positive et constructive.

Ce que comprend ce parcours :

- **Une séance préliminaire de 30 minutes** pour faire le point sur vos attentes en tant que parent et fixer les objectifs concernant l'accompagnement de votre enfant ;
- **16 séances hebdomadaires de groupe** (6 enfants maximum) de 1h30 chaque samedi ;
- Chaque séance comprend des **temps de partages et des propositions créatives** ;
- **Un bilan de 30 minutes**, pour faire le point sur les changements de votre enfant et envisager la suite du parcours.

**Parcours : Créer, partager, pour mieux se comprendre et se connecter - 4 mois - 880 CHF**

Modalités de Paiement :

**Paiement en 1 fois** : réduction de 10 %, soit 792 CHF à régler au démarrage de l'accompagnement,

**Paiement en 3 fois** : soit 293 CHF à régler au démarrage de l'accompagnement, puis 293 CHF à régler au 2<sup>ème</sup> mois et 3<sup>ème</sup> mois de l'accompagnement.

Contactez-moi dès aujourd'hui pour réserver sa place dans ce parcours d'évolution.