

Écoles publiques et privées :
équipe pédagogique,
enfants, APEL



THÉMATIQUES DES FORMATIONS & ATELIERS

Compétences psychosociales

Enfance

3-12 ans

Suivez-nous

f in

nelumbia.com


NELUMBIA
coaching & formation

Ateliers pour les élèves

**Envie d'aider vos élèves à mieux faire face
aux situations de la vie quotidienne ?**

**Envie de mieux vivre ensemble pour favoriser
un climat scolaire favorable ?**

**Et si vous renforciez les compétences psycho-sociales
de vos élèves ?**

Piochez parmi les thématiques suivantes
en fonction des besoins du moment de vos élèves.

Compétences sociales

- Savoir **communiquer** efficacement (communication verbale et non verbale),
- Être habile dans les **relations interpersonnelles**,
- Développer ses compétences de **coopération** et de **collaboration**,
- Avoir **conscience de soi**,
- Avoir de l'**empathie** pour les autres...



Côté coopération

- **Climat d'ouverture** et d'acceptation
- Trouver **sa place** dans le groupe
- L'esprit de coopération / Règles de vie scolaire



Côté communication

- L'**écoute** et la **communication bienveillante**
- La **bienveillance** / La **non-violence** / l'**empathie**

Compétences émotionnelles



- Savoir réguler **ses émotions**,
- Savoir gérer son **stress**,
- Avoir **confiance en soi**,
- S'estimer...



Côté émotions

- Les **émotions** / Les **besoins**
- La **confiance en soi** / L'estime de soi



Côté connexion de soi

- La **relaxation** / l'**ancrage corporel**

Compétences cognitives

- Avoir une **pensée critique**,
- Avoir une **pensée créative**,
- Savoir **résoudre des problèmes**,
- Savoir **prendre des décisions**...



Côté résolution de problèmes

- La résolution des **conflits**
- **L'autonomie** et la responsabilité / les choix / les objectifs
- La **créativité**
- La **pensée positive** / le schéma mental

Ateliers pour les professionnels de l'éducation

Enseignants, enseignants spécialisés, directeurs d'école,
ATSEM (agent territorial spécialisé des écoles maternelles),
ASEM (agent spécialisé des écoles maternelles),
AES (accompagnant éducatif et social), éducateurs spécialisés.

**Envie de répondre aux exigences de la vie quotidienne à l'école ?
Et si vous développiez vos compétences psycho-sociales ?**

Compétences sociales

- Savoir **communiquer** efficacement (communication verbale et non verbale),
- Être habile dans les **relations interpersonnelles**,
- Développer ses compétences de **coopération** et de **collaboration**,
- Avoir **conscience de soi**,
- Avoir de **l'empathie** pour les autres...



Côté communication

- Quatre **astuces de communication** pour mieux être écouté
- La **communication positive** : pour être mieux compris et écouté de l'enfant
- **Mieux écouter** pour mieux décoder
- S'exercer à pratiquer l'**écoute active** avec les enfants
- **De l'écoute à la communication** bienveillante
- La **communication bienveillante**
- La relation de **confiance** avec l'enfant
- Les 5 ingrédients de la **pédagogie positive**
- 7 astuces pour s'adapter au **cerveau de l'enfant**



Côté tension

- Gérer les **conflits** & préserver la **cohésion** d'équipe
- La **communication bienveillante et non violente** - niveau 1
- La **communication bienveillante et non violente** - niveau 2

Compétences émotionnelles



- Savoir réguler **ses émotions**,
- Savoir gérer son **stress**,
- Avoir **confiance en soi**,
- **S'estimer**...



Côté émotions

- **Neurosciences et émotions**... mieux comprendre l'enfant pour mieux l'accompagner
- **L'intelligence émotionnelle** au service de l'enfant et du jeune adolescent [les bases]
- **L'intelligence émotionnelle** des enfants : 4 pistes pour la cultiver
- Cultiver **L'intelligence émotionnelle** : gérer mes émotions pour mieux interagir avec l'enfant



Côté stress

- Le **stress** chez l'enfant : le détecter, le comprendre et l'accompagner
- 6 astuces pour atténuer le **stress** des enfants au niveau **humain**
- 6 astuces pour atténuer le **stress** des enfants au niveau **matériel**

Les 3 ingrédients **anti-stress**

Compétences cognitives

- Avoir une **pensée critique**,
- Avoir une **pensée créative**,
- Savoir **résoudre des problèmes**,
- Savoir prendre des **décisions**...



Côté "résolution des problèmes"

- **Prendre soin de soi** pour mieux prendre soin de l'enfant
- Du stress à l'énergie positive : découverte & expérimentation d'un kit clé en main pour « **revenir à soi** »
- Apprendre à se **relaxer**

Des formations sont également disponibles, contactez-moi pour échanger sur vos besoins spécifiques, je pourrai alors vous faire parvenir le programme détaillé.

Quelques exemples de formations :

- Instaurer un climat de classe positif grâce au « kit spécial rentrée CPS »
- Formation à l'intelligence émotionnelle pour enseignants
- L'intelligence émotionnelle dans l'apprentissage

- Développer l'intelligence émotionnelle afin de mieux gérer son stress
- La communication bienveillante et non violente – niveau 1
- La communication bienveillante et non violente – niveau 2

Ateliers / Café-parents pour les parents d'élèves

Développement personnel

Envie de répondre aux exigences de la vie quotidienne ?

Envie de mieux exercer votre métier de parents ?

*Et si vous développiez vos **habiletés parentales** ?*

Compétences sociales

- Savoir communiquer efficacement (communication verbale et non verbale),
- Être habile dans les relations interpersonnelles,
- Développer ses compétences de coopération et de collaboration,
- Avoir conscience de soi,
- Avoir de l'empathie pour les autres...



Côté communication

- Mieux **écouter** pour mieux décoder
- De **l'écoute à la communication** bienveillante
- La relation de **confiance** avec votre enfant
- S'exercer à pratiquer **l'écoute active** avec les enfants
- Mon enfant se **dévalorise** : 4 outils pour l'aider
- 4 astuces pour s'adapter au **cerveau de l'enfant**
- Comment **communiquer** avec son enfant avec bienveillance, autorité et efficacité
- Savoir poser des **limites** ou comment cultiver la liberté dans le cadre



Côté tensions

- Comment gérer les **tensions** avec mon enfant : faire du conflit un moteur de **créativité**



Côté coopération

- Comment susciter la **coopération** chez mon enfant ? 3 jeux coopératifs à expérimenter pour une autre éducation

Compétences émotionnelles



- Savoir réguler ses émotions,
- Savoir gérer son stress,
- Avoir confiance en soi,
- S'estimer...



Côté émotions

- Accompagner la **frustration** chez mon enfant
- Accompagner la **colère** chez notre enfant et la nôtre aussi
- Accompagner la **peur** chez mon enfant
- Accompagner la **tristesse** chez mon enfant
- L'**intelligence émotionnelle** des enfants : 4 pistes pour la cultiver
- **Confiance en soi** et **persévérance** : 2 postures à enseigner aux enfants



Côté stress

- Les 3 ingrédients **anti-stress**



Côté confiance en soi

- La **confiance en moi**, et si elle avait un impact sur mon enfant... ?

Compétences cognitives

- Avoir une **pensée critique**,
- Avoir une **pensée créative**,
- Savoir **résoudre des problèmes**,
- Savoir **prendre des décisions**...



Côté "résolutions des problèmes

- Éduquer sans crier, trucs et astuces
- Comment éduquer avec fermeté et bienveillance ? et si nous testions la **pédagogie positive** ?

Compétences psychosociales

Définition des « compétences psychosociale » selon l'OMS – 1993 :

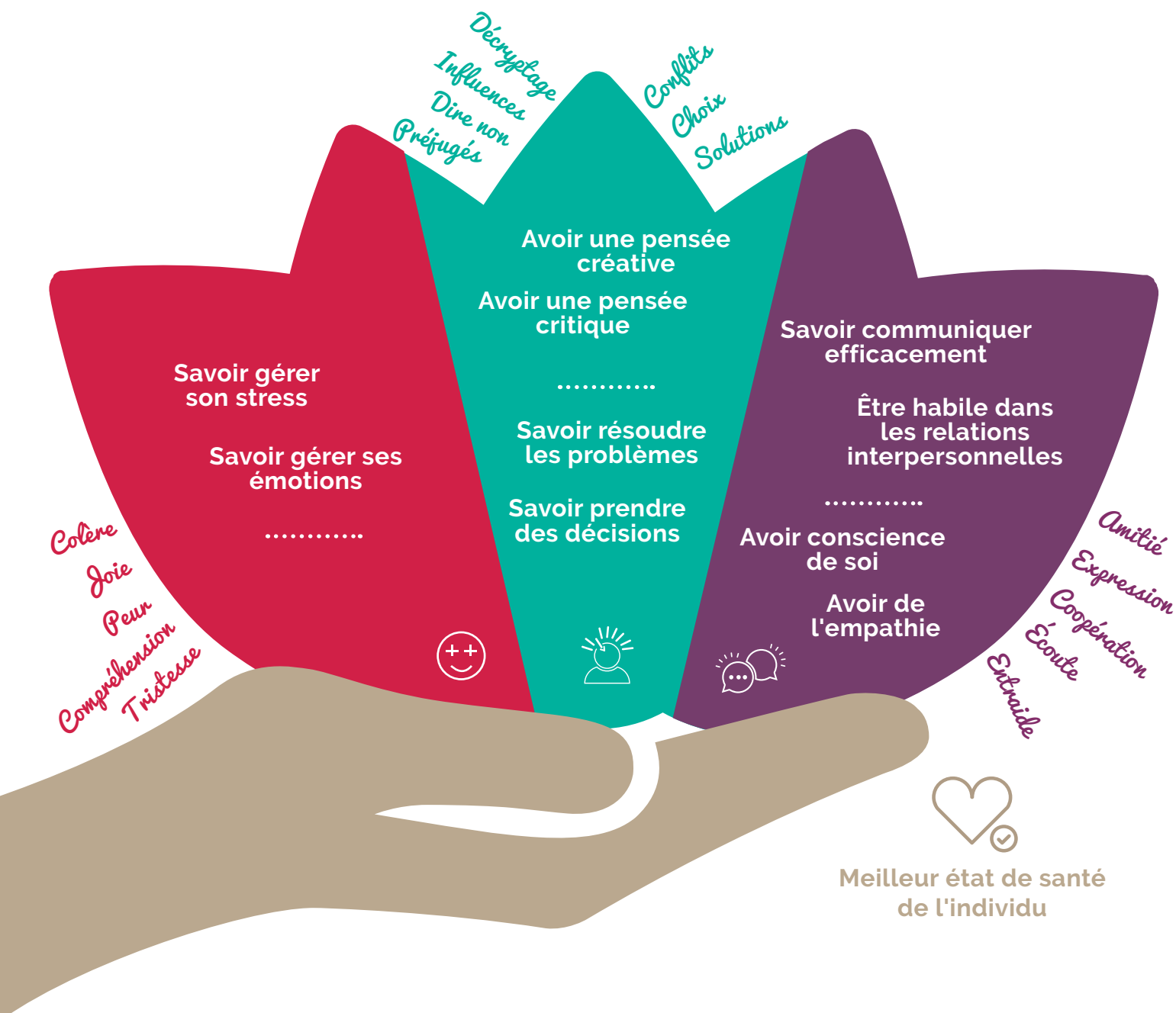
« Les compétences psychosociales sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un **comportement approprié et positif** à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. »

OMS : Organisation Mondiale de la Santé - 1993

En 1993, l'OMS propose une déclinaison en cinq couples de compétences qui interagissent sur l'état de santé des individus.

En 2001, l'OMS propose une déclinaison de ces compétences en 3 types :

Compétences émotionnelles / **Compétences cognitives** / **Compétences sociales**



Exemples ateliers & formations phares

×

Une ou plusieurs thématiques retiennent votre attention ?

Nous pourrons vous faire parvenir le programme détaillé de la formation
ou de l'atelier en fonction des besoins de l'équipe éducative
ou de ceux des parents.

A la découverte des émotions...

Pour les élèves

Objectifs

- ✓ Découvrir ce qu'est une **émotion**
- ✓ Avoir des clés pour **réguler** ses émotions

Par qui ?



Sigried Boël

contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

Formatrice en intelligence émotionnelle et communication depuis 2004



animation

Animatrice en Education Emotionnelle et Relationnelle (CPS) (formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

Coach de vie certifiée depuis 2011 spécialisée dans l'accompagnement des femmes, parents, enfants et adolescents à haute sensibilité, atypiques.

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à **haut potentiel**
- ✓ La **pédagogie Montessori** (0-6 ans),
- ✓ La **communication non violente** (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication)

Programme atelier de loisirs-éducatifs via la découverte et l'expérience

J'expérimente et je fabrique !

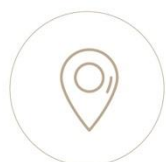
- ✓ Jeux de « dégel » (pour créer un climat de confiance)
- ✓ Activité pour apprendre à **reconnaitre et nommer une émotion** [Fabrication d'un outil émotion]
- ✓ Principales astuces pour apprendre à **accueillir et réguler les émotions primaires** [Fabrication d'outils solutions]



1 atelier = 1h
Dans l'idéal :
une série de
5 ateliers d'1h



Selon vos disponibilités



Au sein de votre structure



3 à 10 élèves

Dans l'idéal :
6 élèves maximum

Instaurer un climat de classe positif

grâce aux compétences psycho-sociales
Vive le « kit spécial rentrée » !

Pour l'équipe
éducative

Objectifs

- ✓ S'approprier le « kit spécial rentrée » en expérimentant des activités du kit
- ✓ Saisir et intégrer les principes de l'Education Emotionnelle et relationnelle (CPS) ainsi que la posture spécifique

Par qui ?



Sigried Boël

contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

Formatrice en intelligence
émotionnelle et communication
depuis 2004



animation

**Animatrice en Education
Emotionnelle et Relationnelle (CPS)**
(formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

Coach de vie certifiée depuis 2011
spécialisée dans
**l'accompagnement des femmes,
parents, enfants et adolescents
à haute sensibilité, atypiques.**

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à **haut potentiel**
- ✓ La **pédagogie Montessori** (0-6 ans),
- ✓ La **communication non violente** (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication)

Programme Formation

1/3 théorie, 2/3 de pratique

Apports théoriques :

- 1) Les stratégies pédagogiques :
 - ✓ active,
 - ✓ positive,
 - ✓ coopérative,
 - ✓ diversifiée,
 - ✓ ludique,
 - ✓ démonstrative
- 2) L'installation d'un climat de confiance et de coopération
- 3) La classe coopérative
- 4) La gestion d'une dynamique de groupe

Apports pratiques :

Pratique d'une partie des activités du kit
spécial rentrée CPS (Compétences Psycho- Sociales)

2 Journées, dans l'Idéal :

J1 : en avril

ou fin d'année scolaire

J2 : fin d'année scolaire



**Selon les
disponibilités de
l'équipe**



**Au sein
de votre
établissement**



**3 à 12 personnes
Dans l'Idéal :
8 personnes
maximum**

Les quatre astuces de communication pour être mieux écouté

Pour l'équipe éducative

Objectifs

- ✓ Obtenir des **clés concrètes** pour améliorer sa communication avec l'enfant tout en gardant son calme

Par qui ?



Sigried Boël
contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

Formatrice en intelligence émotionnelle et communication depuis 2004



animation

Animatrice en Education Emotionnelle et Relationnelle (CPS)
(formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

Coach de vie certifiée depuis 2011 spécialisée dans

l'accompagnement des femmes, parents, enfants et adolescents à haute sensibilité, atypiques.

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à **haut potentiel**
- ✓ La **pédagogie Montessori** (0-6 ans),
- ✓ La **communication non violente** (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication)

Programme Atelier Interactif

1/3 théorie, 2/3 de pratique

1^{ère} séquence :

Développer une qualité d'interaction avec l'enfant grâce à **quatre astuces de communication**

Pour aller plus loin :

2^{ème} séquence : Et après... ??

Comment **cultiver cette communication bienveillante** au quotidien ?

- Comment prendre soin de soi ?
- Expérimentation d'un kit de « retour à soi »

Apports théoriques : les bases de la communication, la découverte de nos forces motrices....

Bonus : Outils pratico-pratiques : la roue des choix pour mieux se faire écouter



1h30 + 1h30



Selon vos disponibilités



Au sein de votre structure



3 à 12 personnes
Dans l'idéal : 8 personnes maximum

Eduquer sans crier : est-ce possible?

Pour les
parents

Objectifs

- ✓ Obtenir des **clés** pour appréhender avec **sérénité** les **interactions** avec le **jeune enfant**

Programme Atelier Interactif

1/3 théorie, 2/3 de pratique

- 1) Les six "erreurs" régulières
- 2) Proposition de quatre solutions
- 3) Echanges, partage d'expériences

Le PLUS « Nélumbia® » :

Possibilité d'animer cet atelier sous la forme de **café-parents**, véritable lieu de libre parole où chacun peut s'exprimer, échanger sur son ressenti et ses opinions, sans être jugé.

Le **partage d'expériences** permet de rassurer les participants sur leurs attitudes parentales.

Le groupe, outre qu'il permet l'ouverture et la **transmission d'une parole en famille** et sur la famille, donne à chacun l'expérience d'un temps de convivialité dont les effets dépassent le temps du groupe, notamment la création de liens entre parents.

Par qui ?



Sigried Boël

contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

Formatrice en intelligence émotionnelle et communication depuis 2004



animation

Animatrice en Education Emotionnelle et Relationnelle (CPS)
(formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

Coach de vie certifiée depuis 2011 spécialisée dans
l'accompagnement des femmes, parents, enfants et adolescents à haute sensibilité, atypiques.

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à **haut potentiel**
- ✓ La **pédagogie Montessori** (0-6 ans),
- ✓ La **communication non violente** (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication)



2H30
(3h dans l'idéal)



Selon vos disponibilités



Au sein de votre structure



3 à 12 personnes
Dans l'idéal : 6 personnes maximum

Ateliers Lotus

« Mieux vivre ensemble » d'Education Emotionnelle & Sociale (CPS)

Pour les
enfants
de maternelle
ou primaire

Objectifs

- ✓ Développer leurs **compétences d'être**
- ✓ Développer leurs **compétences relationnelles** (*compétences psychosociales*)

pour plus d'**harmonie** en collectivité

Programme des ateliers

Un large éventail de jeux et d'activités pédagogiques sont disponibles pour développer ces compétences psychosociales sur une série de thèmes comme :

- 1) **Climat d'ouverture et d'acceptation / Trouver sa place dans le groupe**
- 2) **L'esprit de coopération / Règles de vie scolaire**
- 3) **L'écoute et la communication bienveillante**
- 4) **La confiance en soi / L'estime de soi / La créativité**
- 5) **Les émotions / Les besoins / La résolution des conflits**
- 6) **L'autonomie et la responsabilité / les choix / les objectifs**
- 7) **La bienveillance / La non-violence / l'empathie**
- 8) **La pensée positive / le schéma mental**
- 9) **La relaxation / l'ancrage corporel**

Soit environ **3 à 4 séances par thème**
sur une année scolaire.

Trame des 3 temps d'un atelier :

- 1) **Introduction / Jeux de dégel ou d'échauffement**
pour instaurer un climat de confiance et de plaisir
- 2) **Expérimentation / activité pédagogique**
dans laquelle l'enfant apprend une notion clé lors de chaque atelier en passant par l'expérimentation
- 3) **Jeu de clôture / créativité & Debriefing approprié**
Qu'est ce que l'enfant a aimé, intégré ? appris ?

Le PLUS de Nélumbia® :

Des **animations adéquates**, des **consignes claires**,
un **cadre bienveillant** sans jugement dans lequel
chacun est invité à être lui-même, véritable
« terreau » fertile pour l'épanouissement de l'enfant

Par qui ?



Sigried Boël

contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

Formatrice en intelligence
émotionnelle et
communication depuis 2004



animation

Animatrice en Education
Emotionnelle et Relationnelle
(CPS) (formée auprès de Michel
CLAEYS)



coaching

Coach de vie certifiée depuis
2011 spécialisée dans
l'accompagnement des
femmes, parents, enfants et
adolescents à haute
sensibilité, atypiques.

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des
enfants, adolescents à
haut potentiel
- ✓ La **pédagogie Montessori**
(0-6 ans),
- ✓ La **communication non**
violente (auprès de Kevin
DANCELME, Formateur certifié
par le Center for Nonviolent
Communication

Atelier de 30 minutes
par groupe de 4 enfants
Possibilité d'animer
4 groupes sur une 1/2
journée

Tous les mercredis matin
ou après-midi
en période scolaire,
sur le temps extra-scolaire

Au sein
de l'école
(salle de motricité
dans l'idéal)

16 enfants
maximum
par ½ journée :
(1 groupe
= 4 enfants)

Sigried Boël

Directrice & coordinatrice
pédagogique de l'organisme
de formation NELUMBIA®

06 15 62 90 30

contact@nelumbia.com



*Pour plus d'infos,
contactez nous*



coaching



formation



animation



L'**enfant n'est pas un vase** que
l'on remplit, mais une source
que l'on laisse jaillir.

.....

L'**enfant a un esprit capable
d'absorber la connaissance.** Il a
le pouvoir de s'instruire tout seul.
L'**enfant** a un pouvoir que nous
n'avons pas, celui de bâtir l'homme
lui-même. Établir la paix durablement
est le travail de l'éducation.

L'éducation est une **arme de paix.**

.....

L'**enfant est** pour l'humanité à la
fois un espoir **et** une promesse. En
prenant soin de cet embryon comme
de notre **trésor** le plus précieux, nous
travaillerons à faire grandir l'humanité !

Maria Montessori



Nelumbia® est enregistré auprès de la DIRECCTE sous le numéro de déclaration d'activité 74 87 0310187.

N° SIRET : 535 145 395 000 13 | N° ACTIVITE : 748 700 130 187 W



Certification Qualiopi
en cours