



:: Thérapies individuelles pour enfants ::

Thérapies individuelles et
familiales

Offrez à votre enfant la possibilité de s'exprimer, de se libérer de tensions, de mieux se connaître et d'apprendre à s'aimer...

QUOI ?

Plusieurs séances seul(e) et avec le/les parent(s)

COMMENT ?

- Des temps d'échanges
- Des temps de médiation thérapeutique (dessins, jeux,...),
- Des temps de relaxation et de remise dans le corps
- Des exercices pendant et entre les séances
- Des séances en présence du/des parent(s) avec l'accord de l'enfant
- Un accompagnement en parallèle des parents sur leurs besoins et ceux de l'enfant

POURQUOI ?

- ✓ Offrir la possibilité à votre enfant de s'exprimer et de libérer ses affects,
- ✓ L'aider à y voir plus clair et à trouver sa place face à une situation qui le préoccupe,
- ✓ L'aider à mieux se connaître et développer l'amour de lui-même,
- ✓ L'aider à développer ses capacités relationnelles,
- ✓ L'aider à soulager ses tensions et ses angoisses,
- ✓ L'aider à se faire comprendre par ses parents et son entourage proche.

TARIFS

60€ (1h) / 80€ (1h30)

Certains éléments peuvent vous alerter quant au bien-être et à l'évolution de votre enfant : des difficultés à apprendre, à mémoriser ou à maintenir son attention, des difficultés à communiquer, à s'intégrer ou à s'adapter, des changements de comportements soudains... L'accompagnement thérapeutique est un espace où votre enfant peut se révéler sans peur d'être jugé, où il peut partager ses doutes et ses peurs, apprendre à mieux se connaître et à s'aimer, et trouver de nouvelles voies d'épanouissement.

Dans un espace sécurisant, j'offre la possibilité à votre enfant de s'exprimer par la **parole** et à travers différents **médiateurs** (dessins, jeux, épreuves projectives, ...). Je cherche avec lui à comprendre ses blocages et ses difficultés. Je l'aide à reconnaître les ressources qu'il a en lui, et à les solliciter afin de développer et renforcer sa propre personnalité.



Lors de la première séance, je rencontre l'enfant accompagné de son ou de ses parent(s). Par la suite, **une partie des séances se fait avec l'enfant seul, et une partie en présence de son/ses parent(s)** lorsque l'enfant est prêt et en ressent l'envie. Durant ces séances, votre enfant a la possibilité de vous partager ce qu'il ressent et ce qu'il a compris de lui et de sa relation avec vous. C'est l'occasion de trouver des solutions ensemble et d'établir des pistes pour la suite ; mon objectif est de vous permettre d'être autonome le plus rapidement possible.

Pendant et entre les séances, je propose à vous et à votre enfant des exercices et des lectures pour vous aider à prendre conscience de vos modes de pensée et réactions, et à modifier progressivement les comportements et interactions qui vous posent problème.

La thérapie individuelle peut ainsi être accompagnée d'une thérapie familiale (séances d'1h30).

Coeur de boussole

www.coeurdeboussole.fr - email : lucilebourdin@coeurdeboussole.fr

Siège : Domaine du pré Bellevue 85220 La Chapelle Hermier