



### Objectifs

Comprendre **les spécificités** du stress parental dans le contexte actuel et disposer de **logiques** et **d'outils adaptés** dans le cadre de l'accompagnement individuel et de groupe

Comprendre **l'impact** du stress parental sur l'enfant

Comprendre le **burnout parental** et savoir identifier les **ressources**

Proposer des **techniques** sophrologiques et complémentaire



### Compétences visées

#### Bloc n°2

Accueillir et analyser la demande

#### Bloc n°3

Construire le projet d'accompagnement



### Programme Global

Le programme détaillé est fourni lors de l'inscription au module

#### Savoirs

- ✓ Stress : fondamentaux et ouvertures
  - ✓ Les spécificité du stress de la parentalité du 21<sup>ème</sup> siècle
  - ✓ Le stress en famille et son impact sur les enfants
  - ✓ Stress, charge mentale et genre: d'autres spécificité
- 
- ✓ Burn out parental perfectionnisme et honte
  - ✓ Importance de l'autonomie de l'enfant

#### Détail des compétences

- ✓ Adapter les pratiques de sophrologie et le contenu à la demande et au contexte du stress parental
  - ✓ Créer des ateliers de groupe sur le thème du stress parental
- 
- ✓ Identifier et stimuler les ressources
  - ✓ Savoir expliquer ce qu'est le stress parental
  - ✓ Créer un accompagnement individuel



### Formatrice

Christine KLEIN – Sophrologue, autrice



### Méthodes pédagogiques

Exposé  
Vidéos  
Travail en sous groupes  
Travail en binômes  
Jeux de rôles  
Quizz

### Modalités de validation : Évaluation en fin de module sous forme de QCM

Liste des formateurs et programmes susceptibles de modifications

**Tarifs** : Financement par un organisme 276,00 € TTC – Autofinancement par un particulier : **228,00 € TTC**

**Dates** : rendez-vous sur notre catalogue en ligne pour connaître les prochaines sessions et vous inscrire en cliquant ici : <https://ifsp.hop3team.com>



[contact@ifsp-lyon.fr](mailto:contact@ifsp-lyon.fr)



Claudine JASSEY : 06 25 45 92 85 / Christine KLEIN : 06 74 10 14 16