



Accompagnement

Document 1/2

En consultation

Nous proposons des accompagnements psychosociaux pour les enfants, les adolescents, les adultes et en famille. Nos accompagnements offrent un espace d'écoute, de parole et de conseil. Les échanges s'y font en toute confidentialité, sans jugement et dans le respect du rythme de chacun.

Objectifs

- Favoriser le bien-être émotionnel et relationnel
- Développer les compétences psychosociales

Organisation

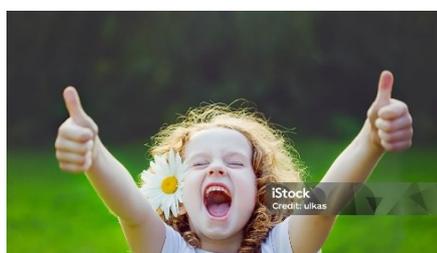
Les accompagnements s'organisent en cabinet ou en intervention dans un lieu adapté et lors d'un temps dédié. Selon les cas, les séances peuvent également se suivre en visioconférence (via Skype, Zoom, FaceTime ou par téléphone). La fréquence des consultations est à définir ensemble selon la nature de l'accompagnement et les besoins.

Méthodologie

Nos accompagnements intègrent différents outils issus de la relation d'aide et du développement personnel. Ils s'adaptent aux singularités des personnes et des besoins. Nous proposons un accompagnement en trois phases.



Les Accompagnements



Accompagnements *Jeunesse*



Accompagnements *Adulte*



Accompagnements *Famille*

Les accompagnements *Jeunesse*

Pour les enfants et les adolescents – dès 5 ans

Les enfants et les adolescents traversent des difficultés dans leur vie quotidienne, familiale et scolaire. Lors de ces traversées, ils peuvent manquer de ressource. Un accompagnement peut les aider à surmonter les défis plus sereinement.

Objectifs

- Favoriser le bien-être émotionnel, relationnel et social des jeunes

Organisation

Les séances des accompagnements *Jeunesse* durent 1h. La première séance se déroule en présence du jeune accompagné et de ses responsables légaux. Cette première séance permet d'appréhender les attentes et les besoins de chacun. Les séances suivantes s'organisent en trois temps : un premier temps d'échanges en présence des responsables légaux ; suivi d'un temps individuel avec l'enfant/ado. Puis de nouveau un temps avec les responsables légaux.

Bénéfices :

- ⇒ Réguler et comprendre ses émotions
- ⇒ Développer la confiance en soi, l'autonomie et la créativité
- ⇒ Oser s'affirmer, poser des limites, exprimer ses besoins
- ⇒ Eveiller et développer l'empathie
- ⇒ Communiquer de manière pacifique
- ⇒ Comprendre les mécanismes relationnels et le harcèlement
- ⇒ Se sentir à l'aise dans son environnement

Les accompagnements *Adulte*

Objectifs

- Favoriser le bien-être émotionnel, relationnel et social

Organisation

Les accompagnements *Adulte* se déroulent en séance individuelle d'une heure ; dont 45 minutes d'échanges. Lors de la première séance nous définissons ensemble la fréquence des consultations adapter au mieux à vos besoins et à vos possibilités.

Bénéfices :

- ⇒ Réguler et comprendre ses émotions
- ⇒ Développer la confiance et l'estime de soi
- ⇒ Oser s'affirmer, poser des limites, exprimer ses besoins
- ⇒ Eveiller et développer l'empathie
- ⇒ Communiquer de manière pacifique
- ⇒ Comprendre les mécanismes relationnels et le harcèlement
- ⇒ Se sentir à l'aise dans son environnement



Les accompagnements *Famille*

La famille est modelé par des évolutions de la vie et des évènements soudain. Ces changements sont susceptibles de déstabiliser la famille. Des conflits peuvent émerger et abimer les relations familiales. Un accompagnement peut aider les membres d'une famille à se réajuster pour surmonter les défis et vivre mieux ensemble.

Objectifs

- Favoriser le bien-être relationnel au sein des familles
- Prévenir les problèmes émotionnels et comportementaux

Organisation

Les accompagnements *Famille* se déroulent en cellule familiale (deux à cinq personnes). La séance dure une heure avec 45 minutes d'échanges. La première séance permet d'appréhender les attentes et les besoins de chacun. Nous définissons ensemble la fréquence des consultations afin de s'adapter au mieux aux besoins et aux possibilités de chacun des participants.

Bénéfices :

- ⇒ Apaiser la relation et les conflits
- ⇒ Comprendre les mécanismes relationnels
- ⇒ Développer l'écoute et l'empathie
- ⇒ Développer la cohésion et la coopération
- ⇒ Apprendre à communiquer de manière pacifique
- ⇒ Amorcer un changement collectif



Tarifs et Modalités

Les accompagnements psychosociaux s'organisent, selon les besoins, en cabinet, en visioconférence ; ou en intervention au sein des locaux des organismes demandeurs, dans un espace et un temps dédiés.

La première séance n'engage pas.

Annulation au plus tard 48h avant le rendez-vous.

Règlement à la fin de chaque séance par chèques ou espèces.

Les accompagnements Jeunesse s'adressent aux enfants et aux adolescents à partir de 5 ans. La consultation prévoit un temps d'échange avec les responsables légaux ; et un temps d'échange individuel avec le jeune accompagné.

Durée: 1h avec 45 minutes d'échange

Tarif: 40 euros

Les accompagnements Adulte s'organisent en consultation individuelle.

Durée: 1h avec 45 minutes d'échange

Tarif: 50 euros

Les accompagnements Famille s'organisent en cellule familiale (parent-enfant, fratrie).

Durée: 1h avec 45 minutes d'échange

Tarif: 60 euros (deux à trois personnes) Prendre contacte pour une consultation avec plus de 3 personnes.



À la Racine

Être et Vivre ensemble

www.cps.alaracine.fr

06.82.95.00.31

psy.alaracine@gmail.fr

Cabinet à Lavausseau - Boivre la Vallée (86470)