



# Les Habilités parentales

Enfant présentant un TDA/H et ou un TOP

.....

## Le programme en 10 étapes

1. Comprendre le TDAH et le TOP
2. Analyse fonctionnelle & renforcement positif (non compliance)
3. Lien parent/enfant (Moment spécial)
4. Donner une consigne efficace
5. Prêter attention à l'enfant même lorsqu'il ne dérange pas
6. Mettre en place un tableau de comportement et de récompenses
7. Gérer les crises émotionnelles (time out)
8. Le temps des devoirs & lien école-famille
9. Les sorties et anticipation
10. Pérenniser les bonnes habitudes

## Bien-être parental

En complément, une partie “bien-être parental” se proposer à chaque séance pour permettre de mieux comprendre et réguler vos émotions de parents, de vous sentir plus sereins.

Au programme des exercices de relaxation, de respiration, des outils supplémentaires pour accompagner son enfant au quotidien.

## Organisation

Petit groupe entre 3 et 5 familles

Le mardi à AYGUESVIVES

Programmes répartis en 5 séances de 1h30 à 2H00 (temps variant en fonction des échanges)

Inscriptions obligatoires au cycle complet des 5 séances

Laetitia Lazaro  
Psychopédagogue & Sophrologue