



Potentiel en Devenir






HARCÈLEMENT SCOLAIRE

DÉCLIC DÉFENSE

PRÉVENIR PLUTÔT QUE SUBIR :
les bonnes postures pour éviter
le harcèlement et/ou s'en sortir.



AU PROGRAMME

-  1. Comprendre les mécanismes invisibles du harcèlement
-  2. Comprendre mon fonctionnement et mes réactions
-  3. Développer mes stratégies de défense
-  4. Renforcer ma confiance et mon affirmation
-  5. Construire ma boîte à outils pour l'avenir


**POUR LES JEUNES
DE 8 À 15 ANS**
Atelier en petit groupe
(2 à 4 participants)


100 % EN VISIO
5 séances
d'1 heure

TARIF
300€
LES 5 SÉANCES

2 SESSIONS AU CHOIX

SESSION 1
 Du lundi 17 août
au vendredi 21 août
 17h00 – 18h00

OU

SESSION 2
 Du lundi 24 août
au vendredi 28 août
 17h00 – 18h00



INFORMATIONS & INSCRIPTIONS
www.potentielendevenir.fr



contact@potentielendevenir.fr

Amorce du développement des compétences avec Déclic Défense

10 compétences clés

Comprendre le harcèlement

Conflit vs harcèlement • Mécanismes du groupe • Rôles de chacun

Compréhension de soi

Émotions • Stress • Réactions automatiques • Forces et vulnérabilités

Stratégies de défense

Réponses efficaces • Protection de soi • Recherche d'aide • Adaptation

Confiance et affirmation de soi

Estime de soi • Limites • Communication verbale et non verbale

Outils concrets

Boîte à outils personnelle réutilisable dans les situations futures

Gestion émotionnelle

Régulation des émotions • Diminution de l'anxiété • Sentiment de sécurité

Compétences relationnelles

Communication • Écoute • Coopération • Dynamiques sociales

Analyse des situations

Observation • Prise de recul • Discernement • Mécanismes invisibles

Autonomie face aux difficultés

Identifier les ressources disponibles • Agir de manière adaptée

Résilience

Confiance dans sa capacité à surmonter les difficultés et à rebondir



Profils fréquemment concernés

- Enfants victimes de moqueries ou de harcèlement scolaire
- Enfants présentant une hypersensibilité émotionnelle
- Enfants anxieux ou manquant de confiance en eux
- Enfants ayant du mal à s'affirmer
- Enfants rencontrant des difficultés relationnelles
- Enfants ayant besoin de retrouver un sentiment de sécurité
- Enfants souhaitant développer leurs capacités à se défendre sereinement
- HPI (Haut Potentiel Intellectuel)
- HPE (Haut Potentiel Émotionnel)