



MÉTAMORPH'OSE

by Nadine Roggo

ACCOMPAGNEMENT GLOBAL & SYSTÉMIQUE DE L'ÊTRE

COMPRENDRE • APAISER • STRUCTURER • FAIRE GRANDIR ET ÉVOLUER

J'accompagne enfants et adultes à retrouver équilibre, clarté et sécurité intérieure, grâce à une approche globale qui prend en compte:

- › les émotions
- › le corps
- › les relations
- › les systèmes de croyances et de valeurs
- › les piliers structurels: selon l'environnement et les contextes de vie

Une démarche concrète, ancrée dans l'expérience et orientée vers un développement plus harmonieux et durable.

Valeurs fortes: Intégrité | Inclusion | Écologie et accomplissement personnel

PROFESSIONNEL·LES DE L'ENSEIGNEMENT

PRENDRE DU RECUL • SE RÉGULER
• ÉVOLUER DANS SA PRATIQUE - SA POSTURE
- SES PERSPECTIVES

- › Gestion du stress et des émotions
- › Amélioration des relations (soi-même, élèves, collègues, hiérarchie, système)
- › Clarification des limites, des besoins, des ressources ainsi que des croyances, du sens et de l'identité personnelle
- › Évolution des pratiques pédagogiques

Intention: Se situer et s'épanouir dans sa fonction sans s'y perdre ou s'oublier. Concilier avec la réalité du terrain tout en innovant dans sa pratique.

ATELIERS THÉMATIQUES EN PARTENARIAT

Hypersensibilité et émotions • Régulation et conscience corporelle • Neurodiversité et neuroatypies
• Parentalité en conscience • Relations: enjeux, postures, dynamiques et systémie • Épanouissement et transformation de l'Être par l'approche globale et systémique • Ateliers à la carte et sur demande

PARENTALITÉ

UN CADRE FAMILIAL PLUS SEREIN
POUR TOUT LE MONDE

- › Mettre en place des routines adaptées
- › Répondre à des objectifs spécifiques
- › Orienter ressources, projets
- › Mieux comprendre son enfant, son fonctionnement et sa singularité
- › Développer une posture, une communication et une régulation émotionnelle saines face à certaines situations prenantes ou stressantes
- › Ajuster le cadre éducatif
- › Tenir compte des besoins, des limites de chaque membre
- › Harmoniser les relations familiales

Axes: Approche centrée sur les ressources de chacun•e et l'équilibre du système familial

INTERVENTIONS & FORMATIONS

- › Personne ressource et de soutien sur mandat: écoles, équipes pédagogiques et membres du personnel enseignant
- › Formation et accompagnement d'adultes
- › Intégration d'une approche globale et systémique dans l'apprentissage en adéquation avec le PER et la CUA: orientée structurel/pratique, systémie, stratégies et ressources

CONSTELLATIONS FAMILIALES & SYSTÉMIQUES

CLARIFIER • APAISER • RÉÉQUILIBRER • UNIFIER

- › Clarifier une relation ou une situation
- › Apaiser les tensions et les blocages
- › Prendre du recul sur une problématique
- › Harmoniser les liens familiaux et/ou relationnels
- › Identifier le rôle et la place de chacun•e dans un contexte donné

En groupe ou en individuel: Un outil puissant pour mettre en lumière les dynamiques invisibles et favoriser des changements profonds et durables.

ENFANTS (4 - 10 ANS)

HYPERSENSIBILITÉ &
RÉGULATION ÉMOTIONNELLE

- › Découvrir, apprivoiser et apaiser les émotions
- › Développer confiance et estime de soi
- › Améliorer l'attention et la concentration
- › Construire un ancrage et une sécurité intérieure
- › Utiliser des supports et des ressources soutenant au quotidien

Outils utilisés: Psycho-corporel | Techniques d'apaisement et de régulation | Pédagogie systémique | Coaching orienté ressources



MÉTAMORPH'OSE

by Nadine Roggo

POUR UN ACCOMPAGNEMENT HUMAIN, CONCRET ET PROFONDÉMENT TRANSFORMATEUR

Sur rendez-vous

Téléphone: 077 469 50 44

Mail: metamorphose@hotmail.com

Cabinet: Espace Plurielles, Rue du Centre 22, 1752 Villars-sur-Glâne

Instagram: [uncercledor_ensoi](https://www.instagram.com/uncercledor_ensoi)