



COEURDONNIÈRE®

Christelle Rasez

FORMATION COEURDONNIÈRE



OBJECTIF: DEVENIR PRATICIEN.NE EN RECONNEXION ÉMOTIONNELLE CHEZ L'ENFANT.

Reconnaître, nommer et définir le rôle des émotions de base (joie, dégoût, colère, tristesse et peur).

Pratiquer une écoute active et bienveillante de l'enfant et de ses émotions.

Connaître et pratiquer les processus en vue de libérer les émotions de façon respectueuse pour l'enfant et son entourage.

Mener une séance de A à Z.

Fournir et expliquer aux enfants les outils qui les aideront à mieux vivre leurs émotions.

Assurer la communication avec le(s) parent(s) avant, pendant, et à la fin de la séance.

50 HEURES DE FORMATION RÉPARTIES SUR 7 JOURNÉES

7 JOURNÉES D’AFFILÉE*

Du lundi 13 au
dimanche 19 juillet
2026

2 FORMULES

7 VENDREDIS DE JANVIER À JUIN 2026*

- 23/01/2026
- 06/02/2026
- 06/03/2026
- 27/03/2026
- 17/04/2026
- 29/05/2026
- 12/06/2026



CETTE FORMATION EST POUR TOI SI...

Tu as de l'expérience
avec les enfants.

Tu as de l'expérience
avec tes propres
émotions.

Tu es instituteur.trice et
tu cherches des outils
pour ta classe.

Tu es thérapeute et
tu cherches des outils
supplémentaires.

LA FORMATION EST DONNÉE PAR...



CHRISTELLE RASEZ

COEURDONNIÈRE

INSTITUTRICE

FORMATRICE & ANIMATRICE D'ATELIERS

AUTEURE DE « L'ORACLE DE P'TITE LILOU », « LES SUPERS POUVOIRS DES ANIMAUX. »
& LA CHAÎNE YOUTUBE « CHRONIQUES D'UNE COEURDONNIÈRE »

PASSEUSE DU RITE DE L'UTÉRUS

L'ADN DE LA FORMATION

BIENVEILLANCE : envers nous-mêmes pour commencer, puis envers tous ceux qui nous entourent.

RESPECT : de ce que je pense, je ressens, je dis, je fais.
Respect de l'enfant et de ses parents.

ÉCOUTE : Nous ne sommes ni juges, ni sauveurs, et n'avons pas la science infuse. Nous sommes un guide qui accompagne l'enfant à la découverte de ses émotions.



DEMANDER LE PROGRAMME!



MODULE 1

LES NOUVEAUX ENFANTS & LES ÉMOTIONS

*"Quand vous avez l'impression d'être né
dans un monde qui ne vous correspond pas,
c'est parce que vous êtes venu
pour aider à en créer un nouveau."*

LES NOUVEAUX ENFANTS



Qui sont ces enfants hypersensibles,
hyperémotifs, hyper-tout ?
Quelle est leur mission (et la nôtre) ?

LES ÉMOTIONS

Quelles sont-elles ?
Quels sont leurs rôles respectifs ?
Le circuit de l'émotion
les étapes de l'alphabétisation
émotionnelle
Les outils pratiques



MODULE 2

PENSÉES, CROYANCES & CONDITIONNEMENT

*" Rien ne vous emprisonne excepté vos pensées.
Rien ne vous limite excepté vos peurs. Et rien
ne vous contrôle excepté vos croyances."*

Marianne Williamson

PENSÉES, CROYANCES & CONDITIONNEMENT

Les messages contraignants

Croyances et fausses croyances

Les pensées noires vs les pensées en couleur

Ma vérité et celle des autres

Les 4 polarités

A photograph of a woman with blonde hair tied in a bun, kissing a young child on the forehead. The child has a sad expression and is wearing a light-colored, knitted halter top. The background is a soft-focus outdoor scene.

MODULE 3

LES BLESSURES DE L'ÂME

*"Les maux du corps
sont les mots de l'âme,
ainsi on ne doit pas chercher
à guérir le corps sans
chercher à guérir l'âme.."*

Platon



LES 5 BLESSURES QUI EMPÊCHENT D'ÊTRE SOI

PARENTS TOXIQUES

Qui sont-ils ?

Quelles stratégies d'intervention ?



MODULE 4

LES JEUX DE POUVOIR

LE TRIANGLE DRAMATIQUE

Les raisons de jouer

Les 3 rôles

Notion de responsabilité

Comportements générateurs de jeux

Caractéristiques du jeu

Etapes du jeu

Stratégies anti-jeux



MODULE 5

NAISSANCE & INTELLIGENCE

NAISSANCE

Les mémoires liées à la naissance.

Les différentes étapes de la naissance.

LES INTELLIGENCES

C'est quoi l'intelligence?

Les types d'intelligences et comment
s'en servir.



MODULE 6

DÉROULEMENT D'UNE SÉANCE

PRISE DE CONTACT

FICHE SIGNALÉTIQUE

ACCUEIL DE L'ENFANT & DE SES PARENTS

DÉTRICOTER LA PELOTE DES ÉMOTIONS

LES DIFFÉRENTS TYPES DE SÉANCES

LA RELATION AVEC LES PARENTS

QUAND ET COMMENT PASSER LA MAIN



MODULE 7

JOURNÉE
DÉBRIEF

SCÉNARIOS

QUESTIONS/RÉPONSES

MODALITÉS POUR LA CERTIFICATION

CLÔTURE DU CYCLE DE FORMATION



INVESTISSEMENT

LE PRIX EST DE 1500€ TVAC.



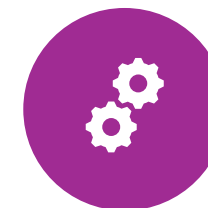
LA FORMATION



SYLLABUS EN
LIGNE



TOUS LES
OUTILS



TOUS LES
PROCESSUS



LES ACTIVITÉS
ET LE MATÉRIEL



LA
CERTIFICATION



LES BOISSONS
& COLLATIONS

Une fois le dossier de candidature accepté, un acompte de 500€ valide l'inscription.

LIEU: NALINNES (ENTRE CHARLEROI & PHILIPPEVILLE)

Lien pour compléter ton dossier de candidature



<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScU8UvwcxLQqlEDXjoTPT6tvRScwWZTcF4TMmdTLmFF88rCUA/viewform?vc=0&c=0&w=1&flr=0>



CONTACT: CHRISTELLE RASEZ – 0472/403.756 – CHRISTELLERASEZ@COEURDONNIE.COM