Caroline Hervieux
COACH DE L'ÂME

PROGRAMME DE FORMATION

Coach HD

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

MODULE 5

Le HD et les enfants

COMMENCER !

Le HD et les enfants

1 Être un parent en HD

Il est important de penser que nous avons des conditionnements (croyances, éducation, expériences, peurs, etc.).

Tous ces conditionnements influencent notre parentalité.

Les enfants sont des personnes à part entière avec leur personnalité, ils ne sont pas des «mini-nous» et ils sont venus faire leurs expériences.

Mais, le plus important est de ne pas les comparer à nous, aux autres, à la famille, etc.

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

Le HD et les enfants

2 L'enfant

Il développe son cerveau limbique jusqu'à 25ans !!!

Il se développe et évolue en suivant son HD qui n'est pas le nôtre !

Générateur et manifesteur-générateur sacral : poser des questions fermées.

Projecteur, manifesteur, rélecteur : poser des questions ouvertes pour leur permettre de verbaliser et de clarifier ce qu'ils ressentent.

Développer le réflexe de leur demander ce qu'ils ressentent.

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

Le HD et les enfants

3 Les croyances parentales

Lorsque mon enfant agit seulement pour avoir de l'attention, j'apprends à communiquer avec lui pour comprendre ce que ce comportement traduit comme besoin.

Lorsqu'ils sont gâtés, est-ce qu'en réalité nous sommes simplement en train de les encourager?

Lorsqu'ils ne considèrent pas leurs parents, est-ce qu'ils ne font que nommer leurs besoins et leurs émotions?

Est-ce que je prends le temps, comme parents, de considérer les propres besoins de mon enfant qui sont peut-être différents des miens par notre unicité?

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

Le HD et les enfants

4 Les besoins des enfants

-Être en sécurité.
-Se sentir aimer.
-Se sentir capable.
-Avoir de l'attention.
-Se sentir fort.
-Etc.

Lorsque l'enfant a «les bons comportements», il reçoit de l'amour et de l'attention, le parent est fier d'être un bon parent et de rendre son enfant heureux.

Lorsque l'enfant n'a pas «les bons comportements», il reçoit les réprimandes, les parents se sentent coupables de ne pas être des bons parents et de ne pas arriver à rendre leur enfant heureux.

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

Le HD et les enfants

5 L'enfant réflecteur

Besoin : mettre ses limites.

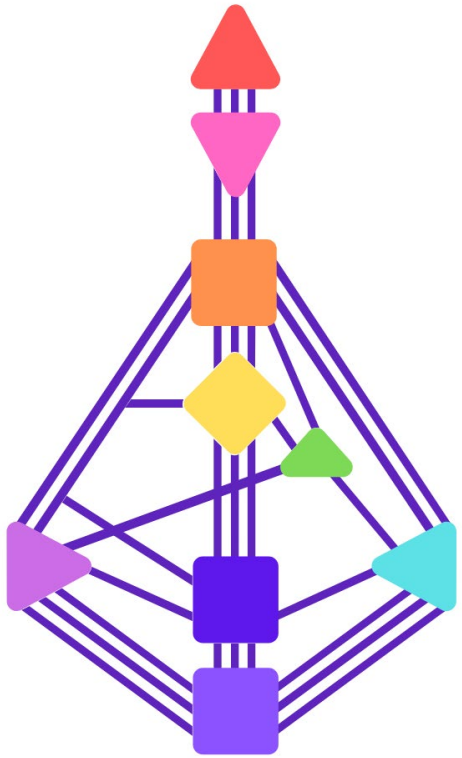
Stratégie : répondre.

Est : distant.

Fonctionnement : éponge d'énergie.

Sommeil : besoin de se coucher avant d'être fatigué.

Et selon ses centres...



© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

Le HD et les enfants

6 Accompagner le réflecteur

- Encourage-le à s'entourer des bonnes personnes et à avoir le bon environnement ;
- Accompagne-le à prendre le temps de prendre des décisions et de ne pas les prendre parce que X met de la pression ou Y est super enthousiaste ;
- Pose-lui ouvertement des questions et invite-le à parler pour qu'il puisse s'entendre ;
- Rappelle-lui de respecter son rythme, son énergie et à prendre beaucoup de temps seul pour laisser aller les énergies qu'il a captées des autres ;
- Aide-le à voir ce que signifie sa désillusion et sa déception ;
- Accompagne-le à devenir observateur des énergies qu'il capte et à ne pas s'identifier à celles-ci ;
- Invite-le à toujours suivre sa joie, ce qui est léger pour lui ;
- Pour bien dormir, il est important qu'il s'allonge avant d'être fatigué et idéalement de dormir seul ;
- Invite-le à déléguer et à demander de l'aide ;
- Apprend-lui à prendre soin de sa propre hygiène énergétique.

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

Le HD et les enfants

7 L’enfant Projecteur

Besoin : connecter.

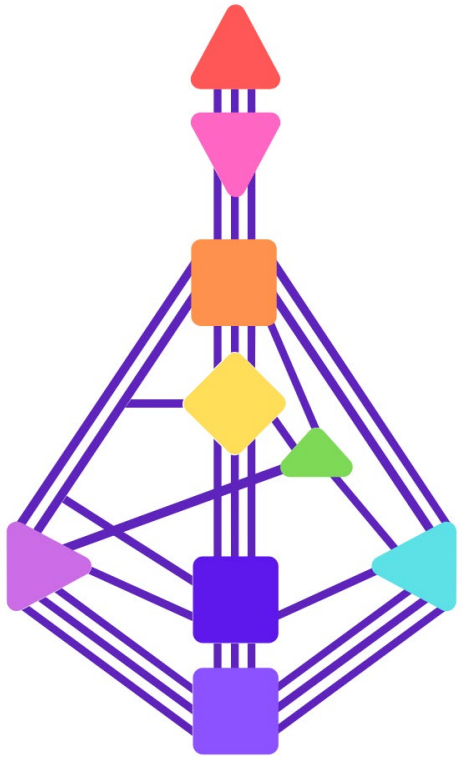
Stratégie : répondre.

Est : sociable.

Fonctionnement : travaille et se repose, calme.

Sommeil : besoin de se coucher avant d’être fatigué.

Et selon ses centres...



© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l’âme.

Le HD et les enfants

8 Accompagner le projecteur

— Accompagne-le à se reconnaître et invite-le à définir ce qu'est pour lui une invitation dans laquelle il se sent pleinement reconnu ;
— Aide-le à voir quand il se sent reconnu ;
— Pose-lui ouvertement des questions ;
— Rappelle-lui de faire des pauses et de respecter son rythme ;
— Invite-le à bien s'entourer pour recevoir de bonnes invitations et préserver son énergie ;
— Accompagne-le à voir ce que son amertume veut lui dire ;
— Accompagne le à faire confiance à sa réponse ;
— Pour bien dormir, il est important d'aller s'allonger avant d'être fatigué ;
— Idéalement, il dormirait seul ;
— Invite-le à déléguer et à demander de l'aide.

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

Le HD et les enfants

9 L’enfant Manifesteur

Besoin : contrôler.

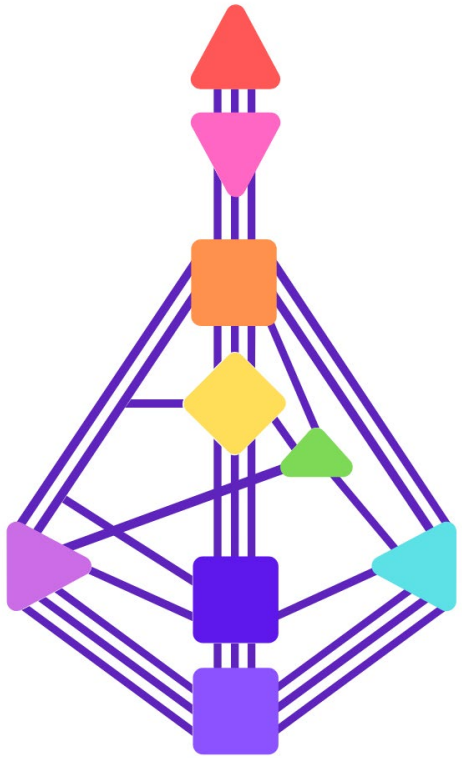
Stratégie : initier.

Est : indépendant.

Fonctionnement : vague créative.

Sommeil : besoin de se coucher avant d’être fatigué.

Et selon ses centres...



© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l’âme.

Le HD et les enfants

10 Accompagner le manifesteur

- Aide-le à prendre le réflexe d'informer ;
- Accompagne-le à voir ce que sa colère veut lui dire ;
- N'essaie pas de le contrôler, mais fais-lui des suggestions ;
- Accompagne-le à respecter son fonctionnement énergétique ;
- Encourage-le à déléguer ;
- Accompagne-le à fonctionner tel qu'il est ;
- Accepte et respecte le fait qu'il est plutôt solitaire ;
- Accompagne-le à reconnaître et à se reconnecter à sa puissance ;
- Avant qu'il ne soit fatigué, invite-le à aller «*chiller*» ou se divertir ;
- Invite-le à dormir seul pour décharger l'énergie des autres.

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

Le HD et les enfants

11

L’enfant Générateur

Besoin : contrôler.

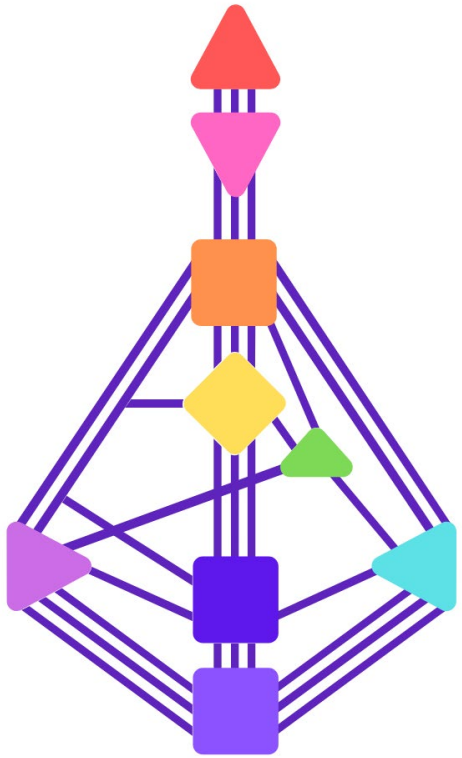
Stratégie : répondre.

Est : sociable.

Fonctionnement : énergie de travailler longtemps.

Sommeil : se coucher lorsqu’il est fatigué.

Et selon ses centres...



© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l’âme.

Le HD et les enfants

12 Accompagner le générateur

- Aide-le à se connecter son sacral et à prendre le réflexe de répondre avant de passer à l'action ;
- Accompagne-le à rester connecter à ce qui l'anime ;
- Pose-lui des questions fermes (ça ou ça) ;
- Rappelle-lui que c'est OK de quitter ce qui ne le fait plus vibrer ;
- Encourage-le à dire non même s'il a l'énergie ;
- Accompagne-le à voir ce que sa frustration veut lui dire ;
- Accompagne-le à faire confiance à sa réponse ;
- Aide-le à voir quand il dit «il faut» et demande-lui de se questionner sur ce dont il a envie à la place ;
- Pour bien dormir, il est important d'avoir dépensé toute son énergie ;
- Encourage-le à déléguer et à demander de l'aide.

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

Le HD et les enfants

13

L’enfant Manifesteur-Générateur

Besoin : contrôler.

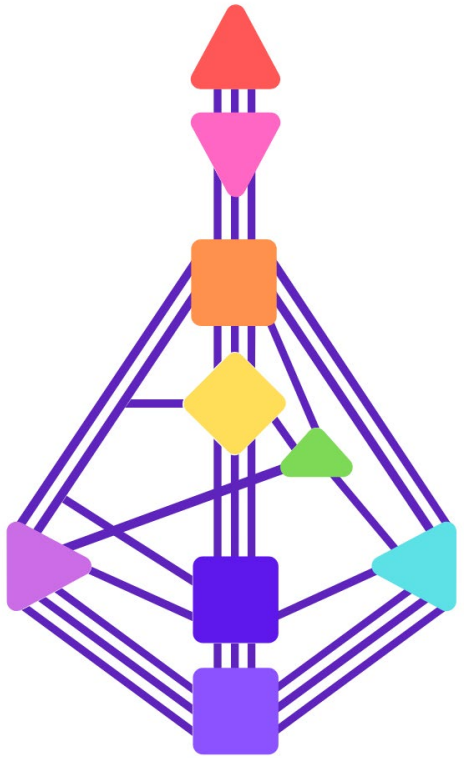
Stratégie : répondre.

Est : indépendant – sociable.

Fonctionnement : énergie pour faire mille choses.

Sommeil : se couche lorsqu’il est fatigué.

Et selon ses centres…



© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l’âme.

Le HD et les enfants

14 Accompagner le manifesteur-générateur

- Aide-le à se connecter à son sacral et à prendre le réflexe de répondre puis d'informer ;
- Accompagne-le à voir ce que la frustration et la colère veulent lui dire ;
- Accompagne-le à diriger son énergie ;
- Rappelle-lui que c'est OK de quitter ce qui ne lui convient plus ;
- Acceptes le fait qu'il a besoin de faire plusieurs choses en même temps et aide le à focaliser son énergie et valider si son sacral dit oui ;
- Pour bien dormir, il est important d'avoir dépensé toute son énergie ;
- Encourage-le à demander et obtenir de l'aide.

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.

Caroline Hervieux
COACH DE L'ÂME

PROGRAMME DE FORMATION

Coach HD

© 2022 - Tous droits réservés - Toute reproduction est strictement interdite sans la permission écrite de Caroline Hervieux – Coach de l'âme.