



Pascale ROUX

Psychologue et coach, spécialisée dans l'accompagnement des adolescents et de leurs parents depuis plus de 5 ans.

Ses outils sont le coaching et la PNL, 2 méthodes qui ont fait leurs preuves sur le terrain.

Passionnée par les thèmes de la communication et de la réussite, elle intervient comme formatrice à la HES à Genève et dans l'école de coaching qu'elle co-dirige. Elle est également chroniqueuse à la RSR. Sa pratique professionnelle originale permet des progrès tant au niveau personnel que professionnel pour les jeunes qui font appel à elle.

Le coaching des adolescents

Parent inquiet

- Mon enfant change, le flou de l'adolescence arrive et je veux éviter la crise. Je veux rester en contact avec mon ado.
- Je me demande comment faire pour que ce passage soit le plus épanouissant possible pour lui et pour notre relation.
- Je souhaite qu'il apprenne à se connaître et qu'il sache quoi faire de sa vie. Je me demande comment l'aider à trouver sa voie.
- J'ai à coeur qu'il devienne un adulte équilibré

Parent face à la crise

- Mon enfant va mal, je suis démuni. Je ne sais plus quoi faire ni comment être.
- Il ne me parle plus, je ne sais plus rien de sa vie.
- Je m'inquiète pour son avenir, que va-t-il faire de sa vie?

Votre enfant entre deux mondes

- Son corps change, il se cherche, il manque de confiance en lui, il perd ses repères...
- Il dit souvent "Je ne sais pas"
- Il n'a plus envie de rien.
- Il se demande ce qu'il va devenir plus tard.

Votre enfant en crise.

- Il est renfermé, silencieux, à fleur de peau.
- Il est en colère, violent, agressif.
- Il ne parle plus de lui ou de ce qu'il vit.
- Il rejette l'autorité, se rebelle et ne respecte plus les règles du jeu.

Les moyens proposés

Le coaching individuel pour les adolescents. Il s'agit d'un accompagnement personnalisé pour chaque jeune. La réflexion se fait autour de la clarification des objectifs de vie (personnels ou professionnels) et des moyens pour les atteindre.

Nous abordons des sujets comme les valeurs, les talents, les ressources, les freins, les relations à soi et aux autres, la préparation aux examens, les stratégies d'apprentissage et tout ce qui fait l'actualité du jeune au moment où il vient consulter.

La consultation-conseil-coaching pour les parents. Elle permet à ceux qui ne savent plus quoi faire de trouver des solutions nouvelles pour vivre avec leur enfant en crise.

Il s'agit d'un échange au niveau psycho-éducatif qui amène une vision différente de la relation avec le jeune.

Tél. +41(0)79 651 64 90

Site : www.pascale-roux.com - E.mail info@pascale-roux.com