

La sophrologie et le conte

La sophrologie par le conte pour les maternelles est un accès ludique à la sophrologie. Les enfants bougent, respirent, chantent, rient comme les personnages du conte. Les contes sophrologiques favorisent l'apaisement des tensions, des émotions et des pensées ainsi que le développement de leurs capacités.

Une dizaine de contes sophrologiques faciles à pratiquer et à adapter aux enfants de 2 à 10 ans se trouve à la fin de l'ouvrage.

Cet ouvrage s'adresse aux sophrologues, formateurs et étudiants en sophrologie ainsi qu'aux conteurs, aux enseignants et aux parents intéressés par les contes sophrologiques. Les contes sophrologiques participent au développement de l'enfant, ainsi qu'à celui de la sophrologie et du conte.

Michelle Van Hooland, *Conteuse auprès des tout-petits et des petits, Conteuse - Sophrologue, Docteur en Sciences du Langage et Docteur en Psychologie de la santé.*

Photo de couverture, coll. personnelle MVH.

ISBN : 978-2-343-22657-6

20,50 €



La sophrologie et le conte

Michelle Van Hooland

saisons des contes

Michelle Van Hooland

La sophrologie et le conte

Contes sophrologiques pour les maternelles
2 ans – 6 ans



L'Harmattan